



Diagnóstico de las personas mayores de **PAMPLONA - IRUÑA**



Ayuntamiento de
Pamplona | Iruñeko
Udala

Índice

1. Presentación	2
2. Naturaleza del proyecto	4
2.1. Marco Conceptual: Envejecimiento activo	6
2.2. Una mirada a las personas mayores desde la perspectiva comunitaria	8
3. Metodología	9
4. Contexto de partida: Indicadores sociodemográficos	14
4.1. Envejecimiento global acelerado	16
4.2. Modificación en la estructura poblacional	18
4.3. Sobreenvejecimiento poblacional	19
4.4. Feminización del envejecimiento	21
4.5. Personas mayores que viven solas	22
4.6. Personas extranjeras mayores en Pamplona-Iruña	24
4.7. La situación económica y riesgo de pobreza	26
4.8. El acceso de las personas mayores a los recursos asistenciales	29
4.9. Nivel educativo población mayor Pamplona-Iruña	30
4.10. Autovaloración percibida y actividades realizadas	31
5. Diagnóstico participado por sectores	33
5.1. ÁREAS DE INVESTIGACIÓN	33
5.2. METODOLOGÍA GRUPOS DE PARTICIPACIÓN	36
5.3. COMPOSICIÓN GRUPOS FOCALES Y ENTREVISTAS	38
5.4. DIAGNÓSTICOS POR ÁREAS	41
5.5. DIVERSIDAD FUNCIONAL Y DIVERSIDAD CULTURAL	77
5.6. RESUMEN GRÁFICO	83

Presentación



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala

1. Presentación

El presente documento refleja los avances de Pamplona-Iruña en el ámbito de las personas mayores, tras el trabajo realizado en 2020, actualizando el **diagnóstico sobre las personas mayores en la ciudad**.

El Ayuntamiento de Pamplona-Iruña, desde su acuerdo unánime en julio de 2017 donde se formalizó la adhesión de la ciudad Red Mundial de Ciudades y Comunidades para personas mayores, estableció el **compromiso de llevar a cabo un proceso participativo** dentro de las directrices de esta red, por el cual se **abordasen las necesidades de las personas mayores de la ciudad**.

En resumen, este documento plasma el compromiso municipal de abordar las necesidades de las personas mayores, a través de un **diagnóstico participativo** que ha permitido identificar las cuestiones fundamentales para incluir en el **próximo I Plan de la Persona Mayor de Pamplona**. Para ello, se han realizado el diagnóstico a dos niveles, por un lado, el diagnóstico general que se presenta en este documento, y, por otro lado, un diagnóstico por cada barrio de Pamplona-Iruña (14).

Para ello se ha desarrollado un análisis de la situación de las personas mayores de Pamplona-Iruña siguiendo una estructura lógica en la que se ha querido dar respuesta a estas **preguntas clave**:

- **¿Cuáles son las principales características sociodemográficas de las personas mayores en Pamplona-Iruña?**
- **¿Qué diferencias experimentan los barrios de la ciudad en el ámbito de las personas mayores?**
- **¿Qué recursos y servicios sociales municipales están destinados prioritariamente a las personas mayores en Pamplona-Iruña y sus barrios?**
- **¿Cómo perciben las personas mayores y profesionales del ámbito los problemas con los que se encuentran en todos sus ámbitos del día a día?**

Naturaleza del Proyecto



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala

2. Naturaleza del Proyecto

El interés municipal de Pamplona por atender las nuevas necesidades de las personas mayores no es nuevo. Sin embargo, cabe definir como hito el acuerdo del Pleno del Ayuntamiento del mes de octubre del 2016 en el que se aprobó, por unanimidad, la Declaración sobre los Derechos de las Personas Mayores de Pamplona. Un texto promovido por la Sociedad Navarra de Geriátría y Gerontología (SNGG), basado principalmente en los principios de la Organización Mundial de la Salud (OMS). La declaración tenía como objetivo **estimular el conocimiento, el debate público, la toma de conciencia y la adopción de medidas que contribuyan a mejorar la situación de las personas en su proceso de envejecimiento.**

En consonancia con este impulso, la Comisión Municipal de Asuntos Ciudadanos aprobó un programa de implementación de medidas para personas mayores. Uno de cuyos ejes era la **adhesión de Pamplona a la Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables** con las Personas Mayores que se oficializó posteriormente en el Pleno de julio del 17, ya citado. La OMS dirige este proyecto a todos los ayuntamientos y comunidades interesados en promover el envejecimiento activo, mejorando sus entornos y servicios e incorporando esta perspectiva en la planificación municipal. El proyecto aborda, de manera integral, los aspectos que afectan al día a día de las personas mayores en la ciudad y lo hace promoviendo la participación de estas, teniendo en cuenta sus necesidades, percepciones y opiniones a lo largo de todo el proceso de análisis y mejora del municipio. Numerosas ciudades de distintos países se han unido ya a esta Red. Además, el IMSERSO, desde el 2012, a través de un Convenio de Colaboración con la OMS, es el organismo encargado de la coordinación estatal de este proyecto.

En definitiva, el Proyecto Ciudades Amigables con las Personas Mayores pretendía ayudar a realizar un análisis desde la perspectiva de las personas mayores, a fin de identificar en qué aspectos y de qué manera pueden ser más amigables con los y las mayores. **El fin último es lograr que las ciudades mejoren la calidad de vida de la ciudadanía.**

Los objetivos que se persiguen al pertenecer a la Red Mundial de Ciudades Amigables con las Personas Mayores son:

- Generar procesos de participación comunitaria.
- Introducir cambios en las diferentes áreas competenciales del municipio para mejorar la calidad de vida de la ciudadanía.
- Reconocer y aprovechar el potencial que representan las personas mayores en la vida comunitaria. En una comunidad amigable con el envejecimiento, las políticas, los servicios y las estructuras relacionadas con el entorno físico y social de la ciudad se diseñan y reorganizan para apoyar y permitir a las personas mayores vivir dignamente, disfrutar de una buena salud y continuar participando en la sociedad de manera plena y activa.

Una ciudad amigable con las personas de mayor edad:

- Reconoce la diversidad de las personas mayores.
- Promueve una cultura de inclusión compartida por personas de todas las edades. Respeta sus decisiones y opciones de forma de vida.
- Anticipa y responde manera flexible a sus necesidades y preferencias relacionadas con el envejecimiento activo.

2.1 Marco Conceptual: Envejecimiento activo

En la II Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, celebrada en Madrid en 2002, la Organización Mundial de la Salud **definió el envejecimiento activo** como:

“proceso de optimización de las oportunidades de salud, seguridad y participación con el fin de mejorar el bienestar y la calidad de vida de las personas a medida que envejecen”

(II Plan Internacional de Acción de Madrid sobre Envejecimiento de Naciones Unidas).

Los pilares en los que se basa el envejecimiento activo son:

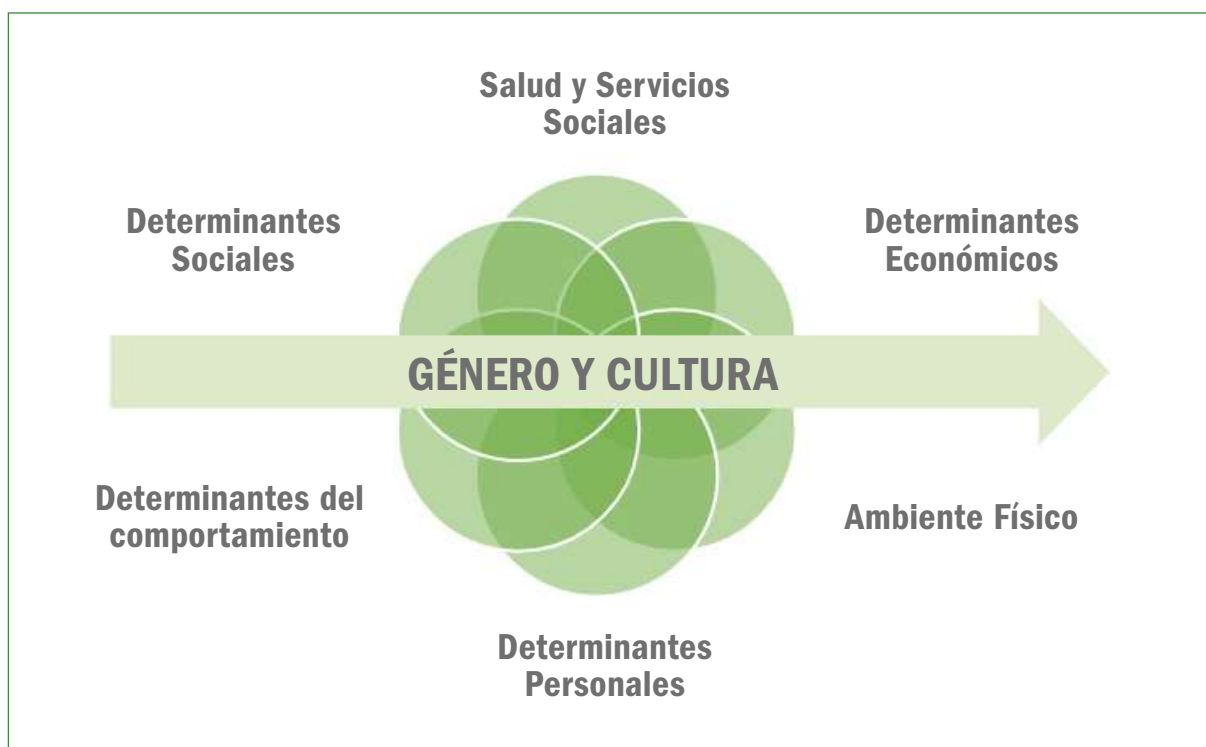
- Salud, desde la perspectiva del ciclo de vida como promoción de la salud y prevención de la enfermedad.
- Participación social, cultural, política, familiar, cívica, económica.
- Seguridad como protección ante situaciones de riesgo o de necesidad.
- Aprendizaje a lo largo de la vida.

El envejecimiento activo mejora la calidad de vida de las personas mayores y está vinculado a factores sociales y personales sobre los que se puede intervenir. Un envejecimiento activo y saludable contribuye a mejorar la calidad de vida de las personas mayores. Depende de factores sociales y personales sobre los que es posible intervenir:

- Factores sociales desde las políticas públicas que fomentan el envejeciendo activo en todas las personas.
- Factores personales individuales desde la persona como responsable de su propio envejecimiento.

La OMS además señala los potenciales determinantes del envejecimiento activo en torno a 6 grandes factores más dos factores transversales y que influyen en los demás.

- **Género y Cultura.** Son los factores transversales que influyen en todos los demás. El género marca de manera muy importante el estatus social, el acceso a la educación, el trabajo, la salud y la alimentación. Por otra parte, los valores culturales y las tradiciones, determinan la visión que una sociedad tiene de las personas mayores y su convivencia con las otras generaciones. También la cultura influye en los comportamientos en salud y relaciones personales.



- **Salud y Servicios Sociales.** Para promover el envejecimiento activo los servicios sociales y sanitarios deben ser, universales, equitativos. Deben estar coordinados o integrados y con un coste-efectividad adecuado.
- **Determinantes Económicos.** Ingresos, trabajo y protección social. Las políticas de envejecimiento activo tienen que prestar especial atención a aquellas personas con menores rentas.
- **Ambiente Físico.** Ciudades libres de barreras arquitectónicas y con viviendas adaptadas.
- **Determinantes Personales.** Puesta en valor del conocimiento y la experiencia de las personas mayores.
- **Determinantes del comportamiento.** Uno de las falsas creencias en relación a la vejez es pensar que es demasiado tarde para adoptar estilos de vida saludables y que las personas ancianas no pueden cambiar de comportamiento. Avanzar hacia conductas saludables prolonga la esperanza de vida y mejora la calidad de esta.
- **Determinantes Sociales.** El apoyo social, las oportunidades en educación y aprendizaje durante toda la vida y protección frente al abuso y la violencia, son los factores clave del ambiente social que pueden mejorar la salud y la autonomía durante la vejez.

También es importante destacar el Dictamen del Comité Económico y Social Europeo sobre la “Implicación y participación de las personas mayores en la sociedad” en el que manifiesta que:

- Las personas mayores son dinámicas, capaces y vitales para nuestra sociedad.
- Transmiten conocimientos, competencias y experiencia a las generaciones siguientes.
- Participan en nuestras comunidades de manera individual y colectiva.
- Contribuyen a nuestra economía y son un “repositorio” de nuestra historia.

2.2 Una mirada a las personas mayores desde la perspectiva comunitaria:

El Área de Igualdad, Acción Comunitaria, Barrios, Participación Ciudadana y Euskera es el área encargada de llevar a cabo, desde una perspectiva comunitaria y preventiva, el trabajo que se está realizando con las personas mayores en Pamplona y en sus barrios.

Los barrios son los espacios de relación y vínculo más cercanos a todas las personas, que cobran más importancia a medida que las personas van haciéndose mayores. Yayo Herrero (2022), resalta la importancia de la comunidad, de tejer comunidades diversas, ya que ayuda a mejorar las condiciones de vida, a enfrentarse a situaciones de crisis, cambio y conflicto.

The Care Collective (2021)¹ resalta cuatro aspectos fundamentales de las comunidades que cuidan: El apoyo mutuo, el espacio público, los recursos compartidos y la democracia local. Todo ello fomenta lógicas colectivas, así como el hecho de compartir recursos, herramientas, habilidades, conocimientos y el fomento del apoyo mutuo, y va ligado a un proceso de empoderamiento donde las personas que ahí viven se comprometen y tienen una relación con el entorno más sostenible, teniendo más en cuenta el cuidado de las personas, las relaciones, la comunidad, el entorno y el planeta.

En la actualidad, hay siete Redes de Mayores. Las Redes de Mayores es un conjunto de recursos, profesionales, administraciones, vecinos/as, asociaciones, etc. que deciden trabajar conjuntamente, lo cual favorece una atención más integral además de proporcionar nuevas formas de trabajar la prevención, las derivaciones, los casos de manera conjunta. El trabajo en red también permite que la atención sea más cercana ya que permite llegar a más personas y abordar más necesidades de mejor forma.

Estas Redes están compuestas por personal municipal, farmacias, asociaciones que trabajan en el barrio con personas mayores, comisiones de fiestas etc.

Hay Redes de Mayores en los barrios de Sta. María la Real, Iturrama, Milagrosa, Txantrea, Ensanche, Casco Viejo y Azpilagaña. Además, desde el año 2018 el Pacto del Mayor de San Juan trabaja en el barrio.

¹ Manual de cuidados en comunidades. ¿cómo podemos aplicar el ecofeminismo en proyectos de vida en común?. 2023. Canelles Tigel N. y Parera Puigdomenech M.

Metodología



3. Metodología

Desde el inicio, este proyecto se ha concebido como un esfuerzo colaborativo, asegurando la representación equitativa de todos los sectores y comunidades locales, con un especial enfoque en la participación activa de las personas mayores. El objetivo principal ha sido **crear espacios de diálogo que reflejen fielmente la realidad de las personas mayores y sus necesidades, desde un enfoque integral y transversal.**

Para desarrollar el diagnóstico, se implementó una metodología integral que combinó el **análisis documental, análisis cuantitativo y análisis cualitativo.**

El análisis documental sirvió para situar el contexto, extrayendo conclusiones de estudios y planes previos realizados en Pamplona-Iruña que permitiera establecer un marco analítico. Por otro lado, los métodos cuantitativos permitieron una evaluación objetiva de la realidad local, al analizar datos primarios y secundarios para dimensionar la importancia de diversas variables que definen nuestra comunidad. Por último, las técnicas cualitativas profundizaron en el conocimiento subyacente al explorar narrativas y explicaciones sobre la situación de las personas mayores de la ciudad (particularizando en los distintos barrios), validando la información analizada y proporcionando conclusiones informadas.

Análisis Documental

En primer lugar, se han analizado todos los estudios y planes previos que conciernen a Pamplona-Iruña a nivel del propio municipio, comarcales y autonómicos, con el objeto de conocer todo el trabajo previo realizado y los aspectos ya analizados, así como el de recopilar todos los indicadores y las fuentes utilizadas con anterioridad. Y, a su vez, se han revisado fuentes de información de interés. En concreto se ha analizado la siguiente documentación:

- Normativa municipal y marco teórico relevante.
- Planes y diagnósticos previos/actuales a nivel local:
 - Plan Estratégico de Accesibilidad integral de la ciudad de Pamplona 2022-2026.
 - I Plan de Diversidad Cultural y Ciudadanía Inclusiva.
 - III Plan de Igualdad.
 - Diagnóstico de la amigabilidad (junio 2019)
 - Diagnóstico por barrios de Pamplona.
 - Diagnóstico sobre la situación de los cuidados en Pamplona-Iruña (2023).
- Planes y diagnósticos previos/actuales a nivel foral:
 - Plan de Atención Individualizada a personas mayores en situación de dependencia.
 - Informe sobre la dependencia en Navarra 2022.
 - Informe de situación sobre los Centros de Día en la Comunidad Foral de Navarra (Observatorio de la Realidad Social, 2023).

Análisis Cuantitativo

Asimismo, se ha realizado la revisión y análisis de las fuentes secundarias que aportan información relevante sobre la realidad sociodemográfica de dicho barrio. Para ello hemos contado con los datos de Padrón Municipal e información estadística disponible como el Instituto Navarro de Estadística (NASTAT), Observatorio de la Realidad Social de Navarra, y demás fuentes estatales que pudieran proporcionar información actualizada.

Fuentes de información / Bases de datos:

- Padrón Municipal (Ayuntamiento Pamplona-Iruña)
- Observatorio Urbano de Pamplona
- Instituto Nacional de Estadística (INE)
- Instituto de Estadística de Navarra (NASTAT)
- Observatorio de la Realidad social (ORS)
- Centro de Estudios Sociológicos (CIS)
- Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO)
- Otros de interés

El análisis de fuentes primarias y secundarias ha conestado de la elaboración de una matriz propia donde se recogen los distintos aspectos de interés a analizar, las grandes cuestiones a las que responder, los indicadores más adecuados a generar, y, por último, los indicadores que se podían elaborar en base a la información encontrada más aproximados a los indicadores esperados.

Una vez realizada dicha matriz se elaboró la prospección de fuentes primarias y secundarias oficiales que permitiesen elaborar los indicadores, cuyos resultados fundamentales se detallan en las conclusiones.

Tras ello, se cumplimentó la matriz antes mencionada con la información obtenida, llegando a elaborar y analizar más de 50 indicadores y escogiendo aquellos cuya interpretación arrojaba un verdadero valor añadido a fin de lograr un conocimiento correcto de la situación de la localidad en materia de mayores.

Análisis Cualitativo

Para la recogida de información clave se realizaron dos dinámicas fundamentalmente, las sesiones de participación y las entrevistas semiestructuradas. El objetivo de ambas dinámicas era el mismo: obtener un conocimiento detallado de la situación de cada barrio (o ámbito), que permitiera extrapolarlo e identificar elementos coincidentes en la ciudad, pero sin obviar las particularidades de cada barrio.

Sesiones de participación

En cada una de las **siete Redes de Mayores** se realizaron una sesión, de unos 90 minutos de duración, con el objetivo de recoger las distintas necesidades en cada uno de los ámbitos de actuación del diagnóstico.

- Red de Mayores de Azpilagaña.
- Red de Mayores de Casco Viejo – Alde Zaharra.
- Red de Mayores del Ensanche.
- Red de Mayores de Iturrama.
- Red de Mayores de Milagrosa – Arrosadia.
- Red de Mayores de Santa María La Real.
- Red de Mayores de Txantrea.

Las sesiones tuvieron una asistencia media de unas 12 personas, con representación diversa: perfiles técnicos, asociacionismo, personas usuarias de servicios, etcétera.

En Ermitagaña-Mendebaldea se realizó a inicios de 2024 a través del Proyecto Inizia, llevado a cabo entre Hazialdea y la escuela de educadores/as, un proceso participativo diagnóstico con las personas mayores, con el objetivo de conocer las necesidades y reivindicaciones del barrio, por lo que la información ya se tenía actualizada. Por otro lado, San Juan – Donibane, como está enmarcada en el Pacto del Mayor de San Juan, también se recoge y dispone de información cualitativa actualizada.

En el resto de barrios de la ciudad, se pudo conseguir la información a través de entrevistas semiestructuradas con personal técnico de algún área de trabajo/conocimiento directo del ámbito de las personas mayores de dicho barrio.

Entrevistas a agentes clave

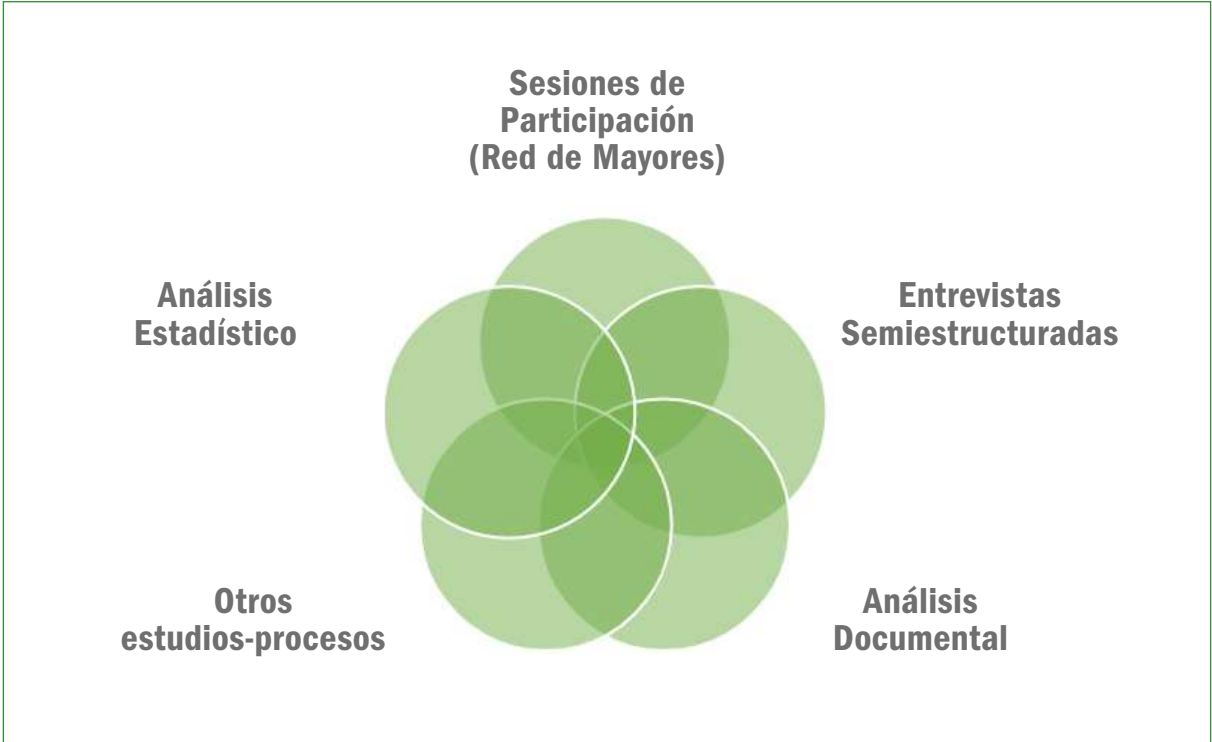
En aquellos barrios donde no se dispone aún de Red de Mayores, se realizaron entrevistas con personal con amplio conocimiento del barrio, recogiendo así las necesidades en cada ámbito del diagnóstico. Además, se realizaron entrevistas con perfiles de diversidad funcional y diversidad cultural, con el objetivo de integrar esta realidad de forma transversal en el diagnóstico.

- Personal técnico Unidad de Barrio de la Rochapea.
- Personal técnico Unidad de Barrio de Mendillorri.
- Personal técnico Centro de Salud de Buztintxuri (Trabajadora Social).
- Personal técnico y personas usuarias Centro CONVIVE San Jorge.
- Asociación Local de Mayores de Etxabakoitz.
- Asociación ANFAS (Diversidad Funcional).
- Perfiles representativos diversidad cultural (Bulgaria y Ecuador).

Tras realizar las entrevistas, se ha analizado la información obtenida de cada una de ellas a través de un contraste cruzado. Cabe mencionar que esta técnica no busca ser estadísticamente representativa, sino que persigue, identificar los puntos emergentes comunes entre las distintas personas entrevistadas.

Además de esto, en el barrio de Ermitagaña-Mendebaldea se ha realizado a inicios de 2024 un estudio-proceso en el que se incluyó a las personas mayores a través del Proyecto Inizia, llevado a cabo entre Hazialdea y la escuela de educadores/as. En el barrio de San Juan-Donibane, en marco del Pacto del Mayor de San Juan se recogieron a modo de diagnóstico, un análisis detallado de la realidad del barrio en distintos ámbitos, y cómo esta realidad afectaba a las personas mayores. Se llamó “el Pacto en tu puerta”.

FIGURA 1: METODOLOGÍA LLEVADA A CABO



Contexto de partida: Indicadores sociodemográficos



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala

4. Contexto de partida: Indicadores sociodemográficos

El **envejecimiento de la población es uno de los desafíos demográficos más significativos que se enfrenta a nivel global**, y Pamplona no es la excepción. La ciudad, como muchas otras en España y Europa, está experimentando un rápido crecimiento en el número de personas mayores, producto de un aumento en la esperanza de vida y una disminución en las tasas de natalidad. Este cambio demográfico implica importantes retos sociales, urbanos y económicos, que exigen un enfoque integral para garantizar el bienestar de este segmento creciente de la población.

Este incremento se debe a la mejora en la calidad de vida y a los avances de la ciencia médica que se han producido en las últimas décadas, siendo general en todos los países y, de manera significativa, en España donde, según los datos del INE, alcanza los 84 años para ambos sexos (datos 2023) y se estima que será el país con mayor esperanza de vida en 2040.

Pamplona, una ciudad de tamaño medio en el norte de España, ha visto un incremento constante en la proporción de personas mayores de 65 años. De acuerdo con los datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), **la población en este grupo de edad ha crecido significativamente en las últimas décadas**. Este fenómeno no solo responde a las dinámicas generales del envejecimiento de la población en España, sino también a las características propias de la ciudad y sus barrios, donde ciertos sectores presentan concentraciones especialmente altas de personas mayores.

El **envejecimiento poblacional en Pamplona está lejos de ser homogéneo. Existen diferencias notables entre barrios en términos de la proporción de personas mayores, sus condiciones socioeconómicas y el acceso a recursos**. Mientras algunos barrios cuentan con infraestructuras y servicios adaptados para la atención de personas mayores, otros enfrentan mayores desafíos en cuanto a accesibilidad, transporte y espacios públicos amigables. Es por ello, que además de un diagnóstico general de ciudad, se deben tener en cuenta las particularidades de cada barrio.

A través de la identificación y el análisis de los principales indicadores sociodemográficos de las personas mayores podremos definir la fotografía que permita valorar los déficits, fortalezas, carencias y potencialidades que este barrio presenta en el ámbito en el que nos enfocamos.

El objetivo de este apartado es poder conocer el contexto de partida de la ciudad, a través de los distintos indicadores y fuentes disponibles, que sirva para establecer las bases del debate.

4.1 Envejecimiento global acelerado

Tal y como se avanzaba en la introducción, el envejecimiento acelerado de la población constituye uno de los factores sociodemográficos más relevantes de las últimas décadas. No es un fenómeno particular de Pamplona-Iruña, es un cambio que se está produciendo en todas las sociedades que nos rodean.

En este sentido, la Unión Europea proyecta que antes de 2025 más del 20% de los europeos tendrá 65 años o más y se producirá un rápido incremento del número de personas mayores de 80 años. De hecho, en la ciudad actualmente conviven **48.423 personas de 65 o más años lo que supone un porcentaje del 23% de la población**. Esta tendencia ascendente es constatable año a año, siendo hasta un punto porcentual mayor que en el anterior diagnóstico realizado en 2020.

El 23% de la población de Pamplona-Iruña es mayor de 65 años, suponiendo un total de 48.423 personas

Otro aspecto que se debe tener en cuenta es que este fenómeno no es homogéneo en toda la ciudad. Hay barrios cuyo índice de vejez se encuentra por encima de los niveles medios como son Iturrama, San Juan-Donibane, Ermitagaña-Mendebaldea y Txantrea, mientras que otros, como Buztintxuri-Euntzetxiki, Mendillorri o Lezkairu no alcanzan el 10%.

En términos generales, la tendencia del envejecimiento en nuestra ciudad es la de aumentar significativamente en los próximos años.

TABLA 1: POBLACIÓN DE PAMPLONA-IRUÑA, DE 65 Y MÁS AÑOS POR BARRIO ÍNDICE DE VEJEZ

BARRIOS	POBLACION TOTAL	POBLACION 65 Y MÁS AÑOS	INDICE VEJEZ 2024	INDICE VEJEZ 2020	DIFERENCIA 2020-2024
Azpilagaña	7.095	2.033	29%	22%	+7%
Buztintxuri - Euntzetxiki	9.337	763	8%	7%	+1%
Casco Viejo - Alde Zaharra	11.584	2.091	18%	17%	+1%
Ensanche - Zabalgunea	20.884	5.612	27%	22%	+5%
Ermitagaña - Mendebaldea	16.392	5.099	31%	26%	+5%
Etxabakoitz	5.465	1.020	19%	17%	+2%
Iturrama	21.975	8.390	38%	35%	+3%
Lezkairu	9.216	550	6%		
Mendillorri	13.961	1.508	11%	9%	+2%
Milagrosa - Arrosadia	15.836	3.010	19%	18%	+1%
Rochapea - Arrotxapea	26.810	4.577	17%	16,5%	+0.5%
San Jorge - Sanduzelai	12.599	2.651	21%	20%	+1%
San Juan - Donibane	19.405	6.223	32%	32%	0%
Txantrea	20.214	4.896	24%	25%	-1%
TOTAL PAMPLONA-IRUÑA	210.773	48.423	23%	22%	+1%

Fuente: Datos Padrón Pamplona-Iruña. Abril 2024

Existe una amalgama de fenómenos demográficos, que caracterizan nuestra sociedad actual y dan pie a esta reflexión, entre los que se destacan los siguientes:

- **El aumento de la esperanza de vida.** Navarra es la segunda Comunidad Autónoma del Estado con mayor nivel de esperanza de vida, siendo la primera Madrid. Según los últimos datos del Instituto de Estadística (2023) en nuestra Comunidad la esperanza de vida se sitúa en los 83,85 años de media. En el caso de las mujeres llega a los 86,67 años frente a 81,05 años en los hombres.
- **El Baby Boom tardío.** En comparación principalmente con los países del Norte, en España y en Navarra el Baby Boom se produjo más tardíamente, lo que conllevará un futuro envejecimiento de la población más intenso en los próximos lustros.
- **La reducción de los índices de natalidad.** En la actualidad ha llegado a niveles en los que resulta imposible la reposición generacional, ya que es la más baja en la historia, descendiendo progresivamente año a año.

4.2 Modificación en la estructura poblacional

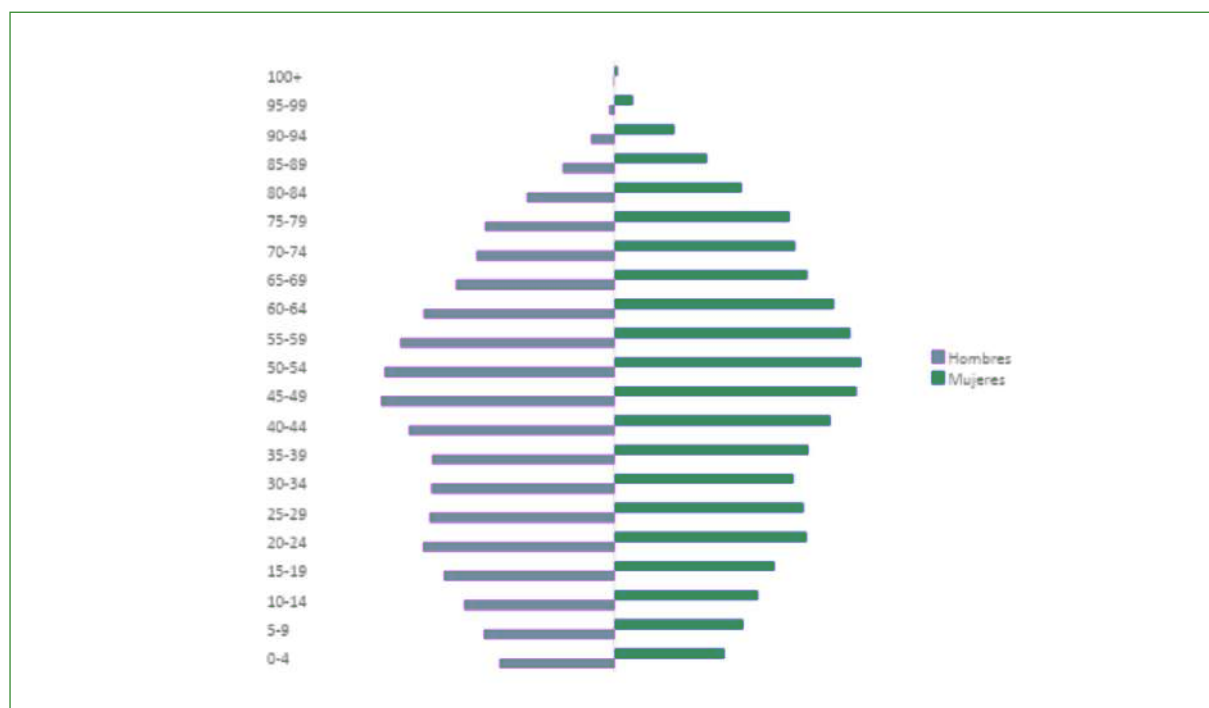
De forma progresiva, a nivel nacional y, en consecuencia, en Navarra y Pamplona, se ha experimentado un progresivo cambio en la estructura poblacional de sus habitantes. Este hecho se ve reflejado claramente en la edad media de la población, que ha ido aumentando progresivamente, así como en las franjas de población con mayor presencia, que se ha pasado hace décadas de ser la menor de 40 años, a encontrarse el grueso de la población entre los 45 y los 65 años.

Como consecuencia, la **edad media de la población empadronada en Pamplona-Iruña es de 45 años**, cifra algo superior que la de la media navarra que se sitúa en 43,8 años.

La edad media de Pamplona-Iruña se sitúa en 45 años, algo por encima de la media navarra (43,8)

Esta modificación no afecta solo a la media de edad de las personas habitantes, sino que provoca una transformación considerable en la distribución de sus poblaciones según edad, lo que puede observarse de manera gráfica a través de las pirámides de población. En la actualidad, la población en Pamplona-Iruña se distribuye de la siguiente manera.

GRÁFICO 1: PIRÁMIDE POBLACIONAL PAMPLONA-IRUÑA



Fuente: Elaboración propia. Datos Padrón Pamplona-Iruña. Abril 2024

A través del gráfico se puede observar cómo inciden todos los procesos demográficos que se están experimentando en los últimos años.

4.3 Sobreenvjecimiento poblacional

Otra de las tendencias previstas en los próximos años que resulta de gran interés en este ámbito de estudio, al igual que se detectó en el anterior diagnóstico, es el sobreenvjecimiento poblacional que se está produciendo en la ciudad.

Aunque en términos globales se hable de personas mayores cuando éstas tienen 65 o más años, está claro que no se puede considerar este colectivo de manera homogénea. No cabe duda de que la situación, las necesidades y las potencialidades de las personas mayores de 80 años diferirán considerablemente de aquellas más jóvenes. Por ello es interesante profundizar sobre su significación en nuestro contexto y en algunas de sus principales características.

El **7% de la población en Pamplona-Iruña tiene 80 años o más**, lo que implica un total de 15.734 personas.

TABLA 2: COMPARATIVA POBLACIÓN MAYOR EN PAMPLONA-IRUÑA

	PAMPLONA - IRUÑA	
POBLACIÓN DE 65 Y MÁS AÑOS	48.423	23 %
POBLACIÓN DE 80 Y MÁS ANOS (Envejecimiento del envejecimiento)	15.734	7 %

Fuente: Datos Padrón Pamplona-Iruña. Abril 2024

Además, a medio plazo se prevén otros procesos que transformarán esta realidad y configurarán una nueva caracterización de las personas mayores, como son: el envejecimiento masivo derivado del Baby Boom tardío, la incorporación de personas con mayor nivel formativo a estas cohortes de edad, y la tendencia al alza en la incorporación de personas extranjeras a las cohortes de edad más elevadas.

El envejecimiento en el futuro seguirá un curso distinto al actual, con nuevas preocupaciones y un perfil probablemente más dinámico y variado. Por lo tanto, será necesario plantear respuestas a sus necesidades que sean más detalladas, específicas y diversas.

En este contexto, es fundamental distinguir dos grandes grupos de personas mayores, cuyas necesidades e intereses varían. Por un lado, están las personas de mayor edad, que requerirán un refuerzo en los servicios asistenciales disponibles, así como intervenciones que mitiguen situaciones de aislamiento y soledad. Por otro lado, las personas más jóvenes necesitarán respuestas innovadoras: soluciones más ágiles y diversas, con un enfoque en actividades y espacios que promuevan la socialización, previniendo así el aislamiento que afecta a cada vez más individuos. En este grupo, también sería conveniente fomentar un mayor compromiso social a través del voluntariado.

El 7% de la población de Pamplona-Iruña es mayor de 80 años, suponiendo un total de 15.734 personas

Estos dos grandes grupos se diferencian principalmente por la edad: aquellos mayores de 65 años y los mayores de 80 años.

El desarrollo de servicios asistenciales estará más centrado en las personas mayores de 80 años, salvo contadas excepciones, debido a la notable mejora en la salud general de la población en nuestra sociedad. Para el grupo de mayores de 65 años, será prioritario fomentar la participación, creando los recursos necesarios para que esta sea lo más activa posible. En secciones posteriores de este diagnóstico, se detallará el desarrollo de estos y otros recursos. Es previsible que, en el futuro, con la mejora de la calidad de vida de las personas mayores, esta franja de edad de mayores se pueda espaciar más allá de los 80 años.

Por último, cabe señalar que, al igual que se ha mencionado antes, el fenómeno del envejecimiento no se distribuye de manera uniforme en los barrios de Pamplona-Iruña. Además, como se vislumbra en alguna tabla, en el caso de Lezkairu, al ser un barrio de reciente creación, en 2020 no se disponía de datos lo suficientemente válidos como para poder establecer una comparativa con 2024.

TABLA 3: POBLACIÓN DE PAMPLONA-IRUÑA DE 80 Y MÁS AÑOS (ABSOLUTOS Y PORCENTAJE)

BARRIOS	POBLACIÓN TOTAL	POBLACIÓN 80 Y MÁS AÑOS	%	DIFERENCIA 2020/2024 (%)
Azpilagaña	7.095	502	7	+1%
Buztintxuri – Euntzetxiki	9.337	173	2	=
Casco viejo/Alde Zaharra	11.584	638	5	-1%
Ensanche/Zabalgunea	20.884	2.134	10	+1%
Ermitagaña - Mendebaldea	16.392	1.262	8	+2%
Etxabakoitz	5.465	274	5	=
Iturrama	21.975	2.852	13	+2%
Lezkairu	9.216	115	1	
Mendillorri	13.961	260	2	=
Milagrosa - Arrosadia	15.836	1.062	7	=
Rochapea/Arrotxapea	26.810	1.385	5	=
San Jorge - Sanduzelai	12.599	759	6	+2%
San Juan/Donibane	19.405	2.637	14	+2%
Txantrea	20.214	1.681	8	-1%
TOTAL PAMPLONA/IRUÑA	210.773	15.734	7%	=

Fuente: Datos Padrón Pamplona-Iruña. Abril 2024

4.4 Feminización del envejecimiento

Una de las principales cuestiones que se sigue reflejando en la estructura de la población mayor, acentuándose conforme van aumentando la edad, es la **feminización del envejecimiento**. Es decir, la presencia de personas mayores es mayoritariamente femenina, llegando a suponer en población mayor de 90 años, hasta más de 70%.

TABLA 4: POBLACIÓN DE 65 AÑOS Y MÁS DE PAMPLONA-IRUÑA, POR GRUPO DE EDAD Y SEXO ABSOLUTOS Y PORCENTAJE DE MUJERES

EDAD	HOMBRE	MUJER	TOTAL	% MUJERES
65 A 69	5.313	6.466	11.779	55%
70 A 74	4.625	6.070	10.695	57%
75 A 79	4.342	5.873	10.215	57%
80 A 84	2.940	4.260	7.200	59%
85 A 89	1.733	3.112	4.845	64%
90 A 94	783	2.010	2.793	72%
95 A 99	163	614	777	79%
Más de 99	20	99	119	83%
TOTAL	19.919	28.504	48.423	59%

Fuente: Datos Padrón Pamplona-Iruña. Abril 2024

En términos generales, el **58,86% de las personas de 65 y más años que viven en Pamplona-Iruña son mujeres**. Esto ya supone una mayor presencia de población femenina en estos grupos de edad. Sin embargo, el porcentaje empieza a ser muy significativo cuanto mayor es la edad de estas personas. Así, a partir de los 90 años el volumen de mujeres supera el 70% de la población y en el grupo de personas de más de 99 años se sitúa en el 83%. Estos datos porcentuales son similares a los datos de 2020.

El 59% de las personas de 65 y más años que viven en Pamplona- Iruña son mujeres

4.5 Personas mayores que viven solas

Otro aspecto que llama considerablemente la atención es el volumen de personas que viven solas. Los hogares unipersonales se han convertido en un fenómeno clave especialmente en los municipios de carácter urbano de Pamplona-Iruña.

El 25,3% de las personas de 65 y más años viven solas (12.239) y el 33,60% viven 2 personas solas

Como se puede observar en la siguiente tabla donde se recogen las cifras más recientes del Padrón de Habitantes de Pamplona-Iruña, **el 25.27% de las personas de 65 y más años viven solas (12.239) y el 33,60% viven 2 personas solas**. Con respecto al dato de población mayor de 80 años que vive sola, en Pamplona-Iruña el 33.8% de la población mayor de 80 años de Pamplona-Iruña, vive sola.

TABLA 6: PERSONAS MAYORES QUE VIVEN SOLAS EN PAMPLONA-IRUÑA

PERSONAS MAYORES QUE VIVEN SOLAS	POBLACIÓN +65	POBLACIÓN +80
Solos/as	12.239	5.228
2 solos/as	16.272	4.968
3 solos/as	639	219
TOTAL POBLACIÓN	48.423	15.734

Fuente: Datos Padrón Pamplona-Iruña. Abril 2024

Si se concreta en las personas que viven solas en Pamplona, se pueden ver diferencias tanto por edad como por sexo. Teniendo en cuenta que la presencia en número de personas mayores conforme avanza en edad es menor, los porcentajes de personas solas siguen la misma tendencia, llegando a un total de **12.239 personas que viven solas**.

TABLA 7: PERSONAS DE 65 AÑOS Y MÁS QUE VIVEN SOLAS EN PAMPLONA-IRUÑA

EDAD	HOMBRE	MUJER	TOTAL	% (*)
65 A 69	844	1.414	2.258	19,2
70 A 74	709	1.548	2.257	21,1
75 A 79	661	1.835	2.496	20,4
80 A 84	439	1.607	2.046	28,4
85 A 89	308	1.328	1.636	33,8
90 y Más	263	1.283	1.546	41,9
TOTAL	3.224	9.015	12.239	25,3

Fuente: Datos Padrón Pamplona-Iruña. Abril 2024

Nota: (*) % sobre el total de población de 65 años y más de Pamplona-Iruña, por cada grupo de edad

4.6 Personas extranjeras mayores en Pamplona-Iruña

En Pamplona, hay 30.802 personas extranjeras censadas (abril 2024), lo que implica un 14,61% sobre el total de la población. Se muestran además diferencias significativas entre barrios, suponiendo en algunos como Lezkairu un 8,21% y otros como Milagrosa-Arrosadía un 23,77%. No se diferencian en la población general diferencias significativas en el número entre mujeres y hombres.

TABLA 8: POBLACIÓN EXTRANJERA POR BARRIOS

BARRIOS	POBLACIÓN TOTAL	POBLACIÓN EXTRANJERA			
		Nº TOTAL	% TOTAL	% HOMBRES	% MUJERES
Azpilagaña	7.095	1.110	15,64%	47,66%	52,34%
Buztintxuri - Euntzetxiki	9.337	2.072	22,19%	50,24%	49,76%
Casco Viejo - Alde Zaharra	11.584	2.043	17,64%	48,95%	51,05%
Ensanche - Zabalgunea	20.884	2.142	10,26%	51,03%	48,97%
Ermitagaña - Mendebaldea	16.392	1.965	11,99%	47,28%	52,72%
Etxabakoitz	5.465	1.241	22,71%	48,91%	51,09%
Iturrama	21.975	2.669	12,15%	46,01%	53,99%
Lezkairu	9.216	757	8,21%	44,25%	55,75%
Mendillorri	13.961	1.179	8,44%	47,24%	52,76%
Milagrosa - Arrosadia	15.836	3.765	23,77%	53,09%	46,91%
Rochapea - Arrotxapea	26.810	4.232	15,79%	50,52%	49,48%
San Jorge - Sanduzelai	12.599	2.633	20,90%	51,61%	48,39%
San Juan - Donibane	19.405	2.453	12,64%	46,96%	53,04%
Txantrea	20.214	2.541	12,57%	50,06%	49,94%
TOTAL PAMPLONA-IRUÑA	210.773	30.802	14,61%	49,47%	50,53%

Fuente: Datos Padrón Pamplona-Iruña. Abril 2024

El 3,36% de la población mayor de Pamplona-Iruña, es extranjera, siendo 1.629 personas

En Pamplona-Iruña son **1.630 personas extranjeras censadas mayores de 65 años, lo que supone un 5,28% sobre el total de personas extranjeras de la ciudad.** Si se compara con el resto de personas mayores de la ciudad, **un 3,36% de la población mayor es extranjera.** A diferencia de los datos generales de la población, en la población mayor **sí se evidencian diferencias entre hombres y mujeres, suponiendo estas un 60% del total.**

TABLA 9: POBLACIÓN EXTRANJERA MAYOR EN PAMPLONA-IRUÑA POR GRUPO DE EDAD Y SEXO (ABSOLUTOS Y %)

GRUPO DE EDAD	POBLACIÓN EXTRANJERA MAYOR	%	HOMBRES	%	MUJERES	%
MAYORES 65 AÑOS	1629	5	647	40	982	60
MAYORES 80 AÑOS	239	1	94	39	145	61

Fuente: Datos Padrón Pamplona-Iruña. Abril 2024

Las nacionalidades más recurrentes de las personas extranjeras mayores, según la procedencia, en Pamplona-Iruña, con un 52% personas proceden del resto de Europa, seguido de un 38% de América, con un 6% de África, y con un 4% procedentes de Asia.

Concretamente, **los países con mayor presencia de personas mayores son Bulgaria (136), Colombia (121) y Ecuador (111).**

4.7 La situación económica y riesgo de pobreza

Si atendemos a los datos elaborados por el Instituto de Estadística de Navarra y consultamos la Tasa de Riesgo de Pobreza en base a datos fiscales y a la Encuesta de Población Activa (2022), observamos que hay una **tasa de pobreza general en Pamplona-Iruña de 22,3%**, algo por encima de la media de Navarra (21,8%).

TABLA 10: PORCENTAJE DE RIESGO DE POBREZA RELATIVA (%) POR ZONAS BÁSICAS DE SERVICIOS SOCIALES DE PAMPLONA-IRUÑA

ZONAS BÁSICAS DE SERVICIOS SOCIALES DE PAMPLONA-IRUÑA	2022	2016	Dif.
Buztintxuri - Euntzetxiki	30,6	32,5	-1,9
Casco Viejo - Alde Zaharra	26,9	27,4	-0,5
Ensanche - Zabalgunea	17,1	18,1	-1,0
Ermitagaña - Mendabaldea	15,7	14,7	1,0
Etxabakoitz	33,3	34,5	-1,2
Iturrama	17,3	15,2	2,1
Lezkairu	16,1		
Mendillorri	17,1	19,4	-2,3
Milagrosa - Arrosadia - Azpilagaña	28,5	30,6	-2,1
Rochapea - Arrotxapea	26,6	28,1	-1,5
San Jorge - Sanduzelai	30,0	32,3	-2,3
San Juan - Donibane	18,1	19,3	-1,2
Txantrea	21,6	24,8	-3,2
TOTAL PAMPLONA	22,26	23,5	-1,24

Fuente: Nastat, Estadística de la Renta de la población Navarra 2022, Observatorio de la Realidad Social de Navarra

Si atendemos al grupo de personas mayores que es el colectivo protagonista de este diagnóstico, resulta relevante el hecho de que la tasa de riesgo de pobreza, tanto en este grupo en Pamplona-Iruña como Navarra es menor que en el resto de grupos de edad.

TABLA 11: PORCENTAJE TASA RIESGO POBREZA POR EDAD Y SEXO PAMPLONA-IRUÑA 2022

	TOTAL	HOMBRES	MUJERES
Total	23,5	22,5	24,3
Menores de 16 años	31,4	31,3	31,5
De 16 a 29 años	31,6	30,6	32,6
De 30 a 44 años	26,9	25,5	28,3
De 45 a 64 años	19,9	19,4	20,4
De 65 y más años	13,5	9,5	16,3

Fuente: Nastat, Estadística de la Renta de la población Navarra 2022, Observatorio de la Realidad Social de Navarra

Con respecto a la población **perceptora de renta garantizada en Pamplona-Iruña (6.714)**, tan **sólo un 4,39% corresponden a personas mayores de 65 años**. Además, como se muestra en la tabla, no son uniformes los porcentajes entre barrios, habiendo bastantes oscilaciones entre unos y otros.

TABLA 12: POBLACIÓN DE PAMPLONA-IRUÑA DE MÁS DE 65 AÑOS POR BARRIO, CON RENTA GARANTIZADA

BARRIO	Nº RG	RG >65	%
Buztintxuri	435	14	3.22%
Casco Viejo/Alde Zaharra	617	22	3.57%
Ensanche/Zabalgunea	358	31	8.66%
Ermitagaña	301	17	5.65%
Etxabakoitz	336	11	3.27%
Iturrama	266	16	6.02%
Lezkairu	317	8	2.52%
Mendillorri	314	12	3.82%
Milagrosa-Arrosadia-Azpilagaña	814	41	5.04%
Rochapea/Arrotxapea	1216	46	3.78%
San Jorge-Sanduzelai	573	21	3.66%
San Juan-Donibane	445	30	6.74%
Txantrea	722	26	3.6%
TOTAL PAMPLONA/IRUÑA	6.714	295	4.39%

Fuente: datos abril 2024 - Gobierno de Navarra

En Pamplona-Iruña, la media de **la renta neta media por persona mayor de 65 años es de 20.372€**, cifra superior al total de la ciudad, en las diferentes franjas de edad/teniendo en cuenta el total de la población. Este dato fluctúa en cada barrio, llegando a haber diferencias significativas entre estos, pero destaca como en todos los barrios, la población mayor de 65 años tiene mayores niveles de renta que el dato total de ese barrio.

TABLA 13: RENTA NETA MEDIA POR PERSONA

	TOTAL	MENOR DE 65 AÑOS	MAYOR DE 65 AÑOS
Azpilagaña	16.881 €	15.886 €	23.820 €
Buztintxuri - Euntzetxiki	12.426 €	12.280 €	18.803 €
Casco Viejo / Alde Zaharra	16.151 €	15.471 €	21.900 €
Ensanche / Zabalgunea	21.147 €	19.596 €	30.404 €
Ermitagaña - Mendebaldea	18.883 €	17.696 €	27.293 €
Etxabakoitz	19.400 €	12.807 €	19.087 €
Iturrama	18.107 €	17.331 €	27.160 €
Lezkairu	13.495 €	18.029 €	28.038 €
Mendillorri	13.501 €	15.837 €	23.749 €
Milagrosa – Arrosadia	16.035 €	12.709 €	19.198 €
Rochapea / Arrotxapea	13.578 €	13.023 €	19.622 €
San Jorge – Sanduzelai	12.945 €	12.045 €	18.392 €
San Juan / Donibane	18.073 €	16.582 €	25.529 €
Txantrea	14.629 €	13.976 €	21.076 €
TOTAL PAMPLONA	16.380 €	15.308 €	20.372 €

Fuente: NASTAT (Estadística de la Renta de la Población Navarra, 2022)

4.8 El acceso de las personas mayores a los recursos asistenciales

Un aspecto clave en la identificación de los niveles de calidad de vida de las personas mayores es la necesidad de ciertos recursos: el Servicio de Asistencia Domiciliaria (SAD) y los Niveles de Dependencia que presentan. A continuación, y por barrios, se presentan las tablas de personas de 65 años y más atendidas por el SAD y las que se encuentran en situación de Dependencia.

TABLA 14: POBLACIÓN DE PAMPLONA-IRUÑA DE 65 AÑOS Y MÁS POR BARRIO, ATENDIDA EN EL SERVICIO DE ASISTENCIA A DOMICILIO

	Nº PERSONAS ATENCIÓN DIRECTA	HORAS AD	Nº PERSONAS ALIMENTACIÓN	Nº PERSONAS LAVANDERÍA
Casco Viejo/Alde Zaharra	70	11.054	51	4
Txantrea	111	22.062	84	8
Etxabakoitz	27	3.760	28	0
Ensanche/Zabalgunea	57	8.964	47	1
Ermitagaña	72	8.905	53	3
Iturrama	64	9.320	43	1
Lezkairu	43	5.849	32	0
Mendillorri	46	7.695	25	0
Milagrosa-Arrosadia-Azpilagaña	78	10.633	58	1
Rochapea/Arrotxapea	102	15.890	87	3
San Jorge-Sanduzelai	62	10.803	38	0
San Juan-Donibane	71	12.406	68	2
Buztintxuri	10	633	11	0
TOTALES	813	127.976	625	23

Fuente: Datos Pamplona-Iruña SAD 2023

TABLA 15: POBLACIÓN DE PAMPLONA-IRUÑA DE 65 AÑOS Y MÁS POR BARRIO, EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA

	DEP.TOTAL	DEP. +65 AÑOS	DEP.MODERADA	DEP.SEVERA	GRAN DEP.
Azpilagaña - Milagrosa	664	258	249	309	106
Buztintxuri	133	46	45	50	38
Casco Viejo/Alde Zaharra	256	127	79	129	48
Ensanche/Zabalgunea	774	171	282	294	198
Ermitagaña	415	136	141	205	69
Etxabakoitz	120	40	42	50	28
Iturrama	845	217	349	345	151
Lezkairu	98	11	39	41	18
Mendillorri	207	97	60	102	45
Rochapea/Arrotxapea	806	292	287	369	150
San Jorge-Sanduzelai	305	115	94	159	52
San Juan-Donibane	737	136	286	286	165
Txantrea	607	183	222	279	106
TOTAL PAMPLONA/IRUÑA	5967	1828	2175	2618	1174

Fuente: Datos de 2024 Gobierno de Navarra

4.9 Nivel educativo población mayor Pamplona-Iruña

De la población mayor de 65 años, el porcentaje mayoritario de nivel de estudios con cerca de un 37% de estudios es el de Bachiller Elemental – Graduado Escolar (EGB). Destaca también la población con Enseñanza Primaria Incompleta, con un 16,83%. Asimismo, la cifra de personas con estudios universitarios es similar (diplomados, universidad arquitectura-ingeniería técnica, doctorado...), rondando el 20% de la población.

TABLA 16: NIVEL EDUCATIVO PERSONAS 65 AÑOS Y MÁS PAMPLONA-IRUÑA

TITULACIONES	TOTAL	%	HOMBRES	%	MUJERES	%
NO SABE LEER NI ESCRIBIR	83	0,17%	31	37,35%	52	62,65%
SIN ESTUDIOS	3.357	6,93%	1.087	32,38%	2.270	67,62%
ENSEÑANZA PRIMARIA INCOMPLETA, CERT ESCO	8.148	16,83%	2.944	36,13%	5.204	63,87%
BACHILLER ELEMENTAL GRADUADO ESC. EGB	18.085	37,35%	6.770	37,43%	11.315	62,57%
F.P. I., F.P. GRADO MEDIO. OFICIALIA IND	2.835	5,86%	1.200	42,33%	1.635	57,67%
F.P.II., F.P. GRADO SUP., MAESTRÍA IND.	1.413	2,92%	1.045	73,96%	368	26,04%
BACHILLER SUPERIOR, BUP. BACHILLER LOGSE	4.045	8,35%	1.981	48,97%	2.064	51,03%
OTRAS TITULACIONES MEDIAS	242	0,50%	81	33,47%	161	66,53%
DIPLOMADOS EN ESCUELAS UNIVERSITARIAS	4.242	8,76%	1.136	26,78%	3.106	73,22%
ARQUITECTO, INGENIERO TECNICO.	734	1,52%	692	94,28%	42	5,72%
LCDO.UNIV.ARQUITECTO, INGENIERO SUP.	4.196	8,67%	2.344	55,86%	1.852	44,14%
TITULADOS ESTUDIOS SUPERIORES. NO UNIVERSITARIO	52	0,11	26	50,00%	26	50,00%
DOCTORADO Y ESTUDIOS DE POSTGRADO	946	1,95%	561	59,30%	385	40,70%
DESCONOCIDO	41	0,08%	20	48,78%	21	51,22%
TOTAL	48.419		19.918		28.501	

Fuente: Padrón Municipal Ayto Pamplona-Iruña. Abril 2024

Destaca la diferencia entre hombres y mujeres mayores de 65 años según su nivel de estudios, siendo en general en los estudios básicos y medios mayor en las mujeres, pero en las licenciaturas, estudios superiores y demás, se muestra mayor balance entre sexos.

4.10 Autovaloración percibida y actividades realizadas

En el siguiente apartado se analiza la autovaloración percibida de salud y las actividades promedios que realizan las personas en Pamplona y en Navarra, por edad y zona, basado en la información de la Encuesta Social y de Condiciones de Vida realizado por el Instituto de Estadística de Navarra (Nastat) en 2022.

Se percibe como más del 16% de la población navarra de más de 60 años tienen una autopercepción mala o muy mala de su salud, dato más alto con respecto al resto de franjas de edad. Algo entendible ya que conforme pasan años de vida son más habituales los problemas de salud o las limitaciones físicas. Destaca cómo la valoración de salud muy buena, en Navarra, es mayor en un punto porcentual, en las personas mayores de 60 años que las de la franja de 45 a 59 años.

Con respecto a **los datos de Pamplona, comparándose con otras zonas de Navarra, destaca cómo en la población general es la que peor autopercepción de salud tiene**, ya que tiene los mayores porcentajes de valoración mala-muy mala (12,56%) y el menor de valoración muy buena (10,75%).

TABLA 17: DATOS SALUD AUTOBERCIBIDA EN NAVARRA POR FRANJAS DE EDAD Y ZONAS

DATOS SALUD AUTOBERCIBIDA NAVARRA POR FRANJAS DE EDAD					
	Muy malo	Malo	Regular	Bueno	Muy bueno
De 15 a 29 años	0,00%	5,05%	12,92%	59,54%	22,19%
De 30 a 44 años	0,00%	5,49%	18,60%	60,29%	14,48%
De 45 a 59 años	3,69%	6,42%	26,47%	55,81%	7,61%
De 60 o más años	5,52%	11,80%	34,92%	39,14%	8,62%
DATOS SALUD AUTOBERCIBIDA ZONA PAMPLONA					
	Muy malo	Malo	Regular	Bueno	Muy bueno
Norte	1,77%	4,90%	20,74%	58,44%	14,15%
Pamplona	3,63%	8,93%	25,40%	51,29%	10,75%
Media	2,62%	6,27%	26,65%	48,38%	16,08%
Sur	2,43%	6,35%	24,30%	53,77%	13,14%

Fuente: Encuesta Social y de Condiciones de Vida, 2022. (Nastat)

Por otro lado, se incluyen en este estudio, datos con respecto a la actividad física diaria que realiza la población, algo fundamental para el mantenimiento de una correcta salud y la prevención de enfermedades y la mejora de la calidad de vida.

En Navarra, por sexo, destaca como el porcentaje de personas que no realizan ejercicio es mayor en mujeres que en hombres. Una de cada cuatro mujeres no realiza ejercicio, y uno de cada cinco

hombres tampoco. Por el contrario, destaca como casi la mitad de la población, manifiesta hacer ejercicio varias veces por semana, siendo este dato algo superior en hombres.

Con respecto a la edad, en Navarra, el 25,93% de las personas mayores de 60 años afirman no hacer ejercicio, porcentaje más alto de todas las franjas de edad. Las limitaciones físicas, la falta de espacios o la falta de acompañamiento pueden ser algunos de los motivos que expliquen esta situación. Por el contrario, destaca como en el dato de ejercicio varias veces por semana, no hay diferencias entre las personas de 30 años en adelante, manteniendo un porcentaje sobre el 44 y 47 por ciento.

Finalmente, analizando estos datos por zonas de Navarra, destaca como en la zona de Pamplona es donde más ejercicio se realiza. Se indica el dato más bajo en las personas que no hacen ejercicio o que lo hacen de forma ocasional, y, por otro lado, el dato más alto de actividad varias veces por semana (54% de la población).

TABLA 18: DATOS ACTIVIDADES POR SEXO, FRANJAS DE EDAD Y ZONAS

DATOS ACTIVIDADES DIARIA NAVARRA POR SEXO				
	No hago ejercicio	Hago alguna actividad física o deportiva de forma ocasional	Hago actividad física varias veces al mes	Hago entrenamiento físico o deportivo varias veces a la semana
Hombres	19,43%	16,97%	10,14%	53,46%
Mujeres	26,02%	18,14%	10,87%	44,97%
DATOS ACTIVIDADES DIARIA NAVARRA POR FRANJAS DE EDAD				
	No hago ejercicio	Hago alguna actividad física o deportiva de forma ocasional	Hago actividad física varias veces al mes	Hago entrenamiento físico o deportivo varias veces a la semana
De 15 a 29 años	16,57%	13,66%	9,51%	60,26%
De 30 a 44 años	22,44%	21,28%	11,49%	44,78%
De 45 a 59 años	23,72%	19,11%	9,98%	47,19%
De 60 o más años	25,93%	15,88%	10,87%	47,32%
DATOS ACTIVIDADES DIARIA ZONA PAMPLONA				
	No hago ejercicio	Hago alguna actividad física o deportiva de forma ocasional	Hago actividad física varias veces al mes	Hago entrenamiento físico o deportivo varias veces a la semana
Norte	25,73%	16,13%	7,28%	50,85%
Pamplona	19,96%	15,90%	9,81%	54,34%
Media	20,91%	23,61%	9,30%	46,17%
Sur	29,33%	19,58%	14,43%	36,66%

Fuente: Encuesta Social y de Condiciones de Vida, 2022. (Nastat)

Diagnóstico participado por sectores

Áreas de investigación



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala

5.1. Áreas de investigación

Como se ha incidido, una de las esencias de las Ciudades Amigables con las Personas Mayores es la implicación de las personas mayores como participantes principales en todas las fases. Tanto en el análisis inicial de la ciudad y propuestas de mejora, como en el seguimiento del plan de acción y en su evaluación. Se trata de una filosofía de desarrollo comunitario.

En la presente fase, de diagnóstico, las personas mayores han participado en el análisis de su situación actual. A través de su experiencia y percepción sobre lo que consideran amigable dentro de su proceso de envejecimiento, y los problemas que padecen en la vida cotidiana de su ciudad, han establecido un diagnóstico de amigabilidad.

Detectan las áreas en las que hay dificultades, realizando propuestas de mejora y proponiendo soluciones. La metodología de participación propuesta por la OMS identifica **8 áreas del entorno urbano y social que influyen en la salud y calidad de vida de las personas** y es donde se tiene que desarrollar el proceso de análisis:

- Espacios al aire libre y edificios
- Transporte
- Vivienda
- Respeto e inclusión social
- Participación social
- Servicios Sociales y de la Salud
- Empleo y voluntariado
- Comunicación e información

ÁREAS DE INVESTIGACIÓN	A QUÉ HACEN REFERENCIA
Espacios al aire libre y edificios	Características del Entorno Físico de la ciudad. Que influyen de forma muy importante en la accesibilidad, la movilidad personal, la seguridad ciudadana, las pautas de conducta saludable y la participación social.
Transporte	
Vivienda	
Respeto e inclusión social	Actitudes y el comportamiento de la ciudadanía y la comunidad en su conjunto, hacia las personas mayores.
Participación social	Oportunidades de disponer de actividades de tiempo libre, sociales, culturales y/o educativas.
Comunicación e información	Medios de información y comunicación sociales como determinantes del desarrollo comunitario.
Empleo y participación ciudadana	Oportunidades para realizar trabajo remunerado y no remunerado. Están asociadas tanto al entorno social como a los determinantes económicos del envejecimiento activo.
Servicios Sociales y de la Salud	Caracterización y uso de los servicios sociales de salud existentes.

FIGURA 2: ÁREAS DEL DIAGNÓSTICO



Diagnóstico participado por sectores

Metodología grupos de participación



5.2 Metodología grupos de participación

La metodología llevada a cabo en las sesiones de participación tuvo en cuenta e integró la diversidad, facilitando a las personas asistentes el correcto seguimiento de la sesión, así como su participación activa en esta.

En la sala se colocan de forma visual los 8 papelógrafos de las distintas temáticas, con un resumen del anterior diagnóstico, resumidas en tres puntos fuertes y tres áreas de mejora, estando las personas en forma de U, para favorecer el diálogo y la disposición de la sala.

- **Espacios al aire libre y edificios.**
- **Transporte**
- **Vivienda**
- **Respeto e inclusión social**
- **Participación social**
- **Servicios sociales y salud**
- **Empleo y voluntariado**
- **Comunicación e información**

En la primera parte de la sesión se trata de que las personas aporten a nivel individual sobre cada temática, teniendo en cuenta las cuestiones surgidas del anterior diagnóstico, pudiendo añadir, modificar o comentar cualquier cuestión. Tras ir recogiendo las aportaciones por temáticas, y teniendo todas las aportaciones colocadas, se procede a la segunda parte de la dinámica. En esta, la persona dinamizadora analiza en plenario aquellas temáticas con más aportaciones y el reparto de estas (en cuestiones a mejorar y positivas), leyendo estas y generando debate. En esta parte, se pide a las personas que aporten sobre posibles propuestas a realizar sobre las cuestiones que han surgido.



Diagnóstico participado por sectores

Composición grupos
focales y entrevistas



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala

5.3 Composición grupos focales y entrevistas

En aquellos barrios donde ya existe una red de mayores se aprovecharon para realizar sesiones temáticas sobre el diagnóstico. El origen de estas **Redes de Mayores**, es reciente y surgió después de la pandemia (2022) al identificarse la necesidad de replicar a nivel municipal el modelo del Pacto del Mayor de San Juan, creando una Red de Cuidados comunitaria con los objetivos de:

- Detección comunitaria de necesidades y atención a las mismas de manera comunitaria.
- Evitar la soledad no deseada, fomentando la participación de las personas mayores en su entorno más cercano.
- Coordinar recursos evitando las duplicidades.

Estos espacios ya conformados y que integran al conjunto de agentes clave de cada barrio, así como a sus personas mayores, fueron seleccionados como espacios idóneos para realizar dichas dinámicas, ya que agrupaban a distintos agentes clave del ámbito de las personas mayores, como, por ejemplo:

- Personal Técnico Unidad de Barrio.
- Personal Técnico Centros de Salud.
- Clubs/Asociaciones de Jubilados/as.
- Asociacionismo.
- Centros CONVIVE.
- Fundación Solera.
- Personas usuarias de los servicios.
- Policía comunitaria.
- Receta Deportivo-Social.
- Técnica/o comunitaria del Ayuntamiento.
- Personal del Ayuntamiento dinamizador de la Red.
- Asociaciones vecinales.

SESIÓN	FECHA	DATOS ASISTENCIA		
		TOTAL	MUJERES	HOMBRES
RED DE MAYORES ITURRAMA	04.10.2024 a las 10:00h	16	13	3
RED DE MAYORES MILAGROSA	04.10.2024 a las 12:30h	12	12	0
RED DE MAYORES TXANTREA	18.10.2024 a las 09:30h	20	15	5
RED DE MAYORES CASCO VIEJO	18.10.2024 a las 12:00h	9	6	3
RED DE MAYORES ENSANCHE	25.10.2024 a las 10:00h	10	8	2
RED DE MAYORES AZPILAGANA	25.10.2024 a las 12:00h	9	9	0
RED DE MAYORES SANTA MARÍA LA REAL	08.11.2024 a las 12:00h	6	5	1
TOTALES		82	68 (83%)	14 (17%)
MEDIA		12	10	2

En aquellos barrios donde no se dispone aún de red de mayores, se realizaron entrevistas con personal con amplio conocimiento del barrio, recogiendo así las necesidades en cada ámbito del diagnóstico. Además, se realizaron entrevistas con perfiles de diversidad funcional y diversidad cultural, con el objetivo de integrar esta realidad de forma transversal en el diagnóstico.

- Personal técnico Unidad de Barrio de la **Rochapea**.
- Personal técnico Unidad de Barrio de **Mendillorri**.
- Personal técnico Centro de Salud de **Buztintxuri** (Trabajadora Social).
- Personal técnico y personas usuarias Centro CONVIVE **San Jorge**.
- Asociación Local de Mayores de **Etxabakoitz**.
- Asociación ANFAS (Diversidad Funcional).
- Perfiles representativos diversidad cultural (comunidad Bulgaria y Ecuador).

Además, se analizaron los trabajos de diagnóstico previos realizados por **Ermitagaña y San Juan**.

Diagnóstico participado por sectores

Diagnósticos por áreas



5.4 Diagnósticos por áreas

Tras la información recogida tanto en los grupos como en las entrevistas, así como en documentación de algunos barrios, se recoge en **8 bloques diferenciados dicha información resumida**. Debido a la extensión de cada bloque, se realizan también **subtemáticas** para favorecer su organización y estructura, indicando en cada uno las áreas de mejora y los puntos fuerte.

1. Espacios al aire libre y edificios

La accesibilidad y la movilidad en la ciudad

Áreas de mejora:

Se evidencia importantes barreras arquitectónicas que dificultan la movilidad, especialmente para personas mayores y con discapacidad. Por ejemplo, se menciona que *“el edificio San Juan Bosco no es accesible para personas mayores”*, un claro indicador de que no todos los espacios están adaptados a las necesidades de esta población. En general, la lejanía de servicios básicos y la falta de adaptación de espacios como los gimnasios urbanos para personas mayores agravan este problema.

La infraestructura peatonal presenta también algunas carencias. Destacan que hay barrios de la ciudad donde hay presencia de aceras estrechas, bordillos altos y pavimentos en mal estado, lo cual no solo afecta a peatones, sino también a usuarios de bicicletas y patinetes eléctricos. *“Los adoquines dificultan el tránsito de andadores y sillas de ruedas”*, señalando una incompatibilidad entre el diseño urbano y las necesidades actuales. Se demandan también mayores espacios verdes y un mejor mantenimiento de estos en ciertos entornos urbanos.

Se recoge además una problemática actual agravada en relación a la movilidad con patinetes y bicicletas por la ciudad, así como la infraestructura necesaria para ello. Se manifiesta que no sólo no hay una buena convivencia y respeto de las normas con respecto a este elemento, sino que además los carriles bici presentan interrupciones abruptas, lo que se describe como *“el carril bici ‘aparece’ y ‘desaparece’”*, un comentario que resalta la desconexión de las infraestructuras en algunas zonas. Se han recogido además diferencias significativas de esta infraestructura entre algunos barrios de la ciudad, motivado en parte por la propia configuración urbanística de estos.



Puntos fuertes:

A pesar de estas carencias, la ciudad cuenta con avances significativos en ciertas áreas de movilidad. La identificación de los puntos negros del tráfico y la mejora de los pasos de cebra y ascensores han incrementado la accesibilidad en determinados tramos. Además, el transporte público conecta eficazmente diferentes líneas de la villavesa, lo que facilita los desplazamientos intraurbanos. También se han implementado escaleras mecánicas que vinculan distintas zonas de algunos barrios, lo cual se percibe como un esfuerzo positivo para abordar problemas de orografía.

Infraestructura Urbana y Mobiliario Público

Áreas de mejora:

Se recoge en el proceso que el mobiliario urbano destinado a la socialización es insuficiente, manifestando una escasez notable de bancos, particularmente en zonas con sombra, lo que limita los espacios de descanso para personas mayores. De forma similar, no se han habilitado suficientes áreas cubiertas para protegerse del clima, lo cual afecta la posibilidad de realizar actividades al aire libre durante todo el año.

En cuanto a los gimnasios urbanos, la falta de adaptación de las máquinas y equipos para personas mayores es un punto importante, ya que, aunque se detecta que existen, el estado de estos espacios representa una barrera para el envejecimiento activo y saludable de la población mayor de la ciudad.

Otro aspecto surgido es la falta de baños públicos adecuados y la desinformación sobre su uso, lo que se suma a la sensación de abandono del mobiliario existente. Esto se refuerza con la queja de que algunos barrios no disponen de CIVIVOX o que estos no cumplen las demandas del barrio (*“el Civivox está alejado”*), lo cual subraya la necesidad de acercar servicios y equipamientos a las áreas más transitadas.

Puntos fuertes:

A pesar de estas deficiencias, también se ha recogido la percepción de ciertas personas sobre un buen mantenimiento de la ciudad y de sus zonas verdes, con presencia de muchos parques y jardines. Este elemento que aparece tanto en aspecto a mejorar como en punto fuerte, puede indicar una situación desigual por barrios.

La disponibilidad de plazas y espacios de encuentro públicos (CIVIVOX, centros comunitarios, bibliotecas, etc.) refuerzan el tejido social, proporcionando lugares de interacción además de mostrando una oferta lúdica y cultural de bastante interés.

La progresiva peatonalización de ciertas zonas de la ciudad se ha considerado como un elemento positivo para la convivencia y el tránsito por la ciudad, pero teniendo en cuenta que este elemento requiere de mejoras para abordar las posibles complicaciones entre viandantes y bicicletas-patinetes eléctricos.



Iluminación-Señalización, Seguridad y Mantenimiento

Áreas de mejora:

La limpieza y el mantenimiento de las calles son un tema recurrente. Se señala que los contenedores son poco accesibles y complicados de usar por los nuevos cambios introducidos a nivel municipal (acceso mediante sistema electrónico), lo que provoca en ciertos lugares una acumulación de residuos, que genera una percepción negativa del entorno (*“hay suciedad en las calles debido al mal uso de los contenedores y su estructura inadecuada”*). La falta de limpieza en parques y espacios públicos también se traduce en una sensación de abandono, especialmente en puntos concretos en algunas zonas de los barrios.

Otro problema percibido es la percepción de inseguridad generada por una escasa presencia policial y la deficiente iluminación en algunas calles. Estas condiciones aumentan la percepción de vulnerabilidad, especialmente en horarios nocturnos o en zonas menos transitadas, favoreciendo así el aislamiento de las personas mayores.

La iluminación insuficiente en varias zonas urbanas limita la visibilidad y compromete la seguridad. Se destaca que *“el semáforo de la esquina de la calle Buenaventura es poco visible”*, lo cual representa un riesgo considerable para peatones y conductores. Además, los tiempos de los semáforos son demasiado cortos, llegando a ser de apenas 23 segundos en algunas calles anchas, lo que dificulta el cruce de personas mayores o con movilidad reducida.

En términos de señalización, la falta de mapeo de los puntos negros y el escaso avance en su identificación obstaculizan el diseño de soluciones efectivas para mejorar la circulación. De manera informal se tiene conocimiento de ciertas zonas de cada barrio donde no hay una buena visibilidad de pasos de peatones, semáforos, salidas de parking o zonas de tránsito que producen accidentes o *“sustos cuando sales a la calle”*.

Puntos fuertes:

En contrapartida, la ciudad mantiene altos niveles de tranquilidad general y cuenta con un movimiento asociativo que fomenta la cohesión social. Además, se reconocen mejoras en los centros de barrio, como los centros comunitarios y el Civivox, que son espacios clave para la interacción, habiendo mejorado el estado y dinamización de estos.

Pese a todo, se han comentado que se realizan avances en la señalización de pasos de cebra y puntos accesibles, así como en la instalación de elementos que favorecen la orientación de personas con movilidad reducida. Estas iniciativas sientan las bases para una mayor accesibilidad y conectividad en los barrios.

2. Transporte

Movilidad y Transporte Público

Áreas de mejora:

Se ha detectado que el transporte público enfrenta diversos problemas estructurales y operativos que limitan su funcionalidad, sobre todo para personas mayores. Uno de los más significativos es la falta de espacios adecuados en las villavesas para personas con sillas de ruedas o carritos, junto con rampas mal diseñadas o en mal estado. Esta situación se describe como una “*dificultad para subir y bajar del transporte público*”, lo que genera inseguridad y desconfianza en su uso. Se ha detectado que el diseño de las nuevas villavesas es más estrecho en el interior, agravando esta problemática.

Además, en algunos barrios la falta de horarios nocturnos de la villavesa y la inexistencia de líneas que conecten directamente con puntos clave, son señalados como barreras importantes para garantizar la accesibilidad. Junto con esto, ciertas horas punta en algunas líneas transitadas de villavesas hace que se generan aglomeraciones y dificultades para el acceso, lo que supone una barrera para las personas mayores.

La convivencia entre la vía pública también es en ocasiones problemática, señalando una cierta conflictividad entre peatones, bicicletas y patinetes. Además, se reporta la necesidad de sensibilizar a conductores y usuarios respecto al trato hacia las personas mayores y/o con necesidades específicas.

Puntos fuertes:

A pesar de estas dificultades, el sistema de transporte público presenta importantes fortalezas. Las villavesas se perciben que están bien distribuidas por la ciudad y conectadas con el resto de la ciudad, lo que facilita la movilidad general. Además, se reconoce un precio accesible del billete, algo que fomenta su uso regular por parte de la población.

Recientes mejoras en los horarios y la frecuencia de las villavesas se destacan como un progreso significativo, junto con las buenas conexiones hacia otras áreas de Pamplona. La infraestructura de las paradas también ha mejorado en accesibilidad, reforzando el servicio en fechas clave.



Transporte de Taxi y aparcamientos

Áreas de mejora:

En cuanto al transporte de taxi, se detectan algunos problemas específicos relacionados con el trato hacia las personas mayores y la falta de taxis adaptados para personas usuarias con movilidad reducida. Esto se suma a las tarifas elevadas, que representan una barrera económica. Lo que hace que no se haya detectado como un medio de transporte recurrente, más allá de situaciones excepcionales.

El estacionamiento en ciertos barrios de la ciudad también es problemático. Hay una notable “ausencia de plazas libres para aparcar” y un déficit de zonas de estacionamiento accesible y adaptado, lo que dificulta la movilidad general. Además, se mencionan parkings con precios altos y dimensiones insuficientes, lo que limita aún más su funcionalidad.

Puntos fuertes:

A pesar de estos retos, algunos parkings ofrecen acceso gratuito las 24 horas, lo cual es valorado positivamente por los usuarios. En términos de taxis, aunque los servicios son escasos, se destacan como una alternativa valiosa para ciertos desplazamientos específicos, particularmente para aquellos que no cuentan con transporte público en horarios nocturnos.



Infraestructura y equipamiento Urbano

Áreas de mejora:

La infraestructura asociada al transporte presenta varios aspectos a mejorar. La falta de marquesinas en algunas paradas y su mal estado en otras generan incomodidad, especialmente en condiciones climáticas adversas. Además, las rampas en mal estado y la estrechez de las nuevas instalaciones limitan la accesibilidad para personas con movilidad reducida. Este hecho se agrava en barrios en pendiente, donde la accesibilidad es especialmente importante.

Igualmente, se echa en falta comunicación e información más intuitiva en el transporte público, tanto en paradas-marquesinas como dentro de las propias villavesas, al no existir, por ejemplo, asistencia acústica que puedan avisar de siguientes paradas de forma accesible a todas las personas.

Por otro lado, la falta de señalización adecuada y la inexistencia de carriles bici en algunos barrios destacan como problemas pendientes de solución.

Puntos fuertes:

Por el lado positivo, la modernización de la flota de autobuses y la mejora en la infraestructura de las villavesas son avances significativos identificado en estos últimos años. Además, se detecta una mejor experiencia de las personas mayores usuarias, debido al menor ruido de los vehículos, temperatura adaptada, etc.



Comportamiento y Empatía

Áreas de mejora:

Un tema recurrente en el análisis es la falta de empatía y respeto entre conductores/as y personas usuarias. Se reportan casos de “conductores bruscos” y un trato poco considerado hacia personas mayores, lo que contribuye a una percepción en ocasiones negativa del servicio. Otro problema señalado es la ocupación indebida de los asientos reservados y la falta de prioridad para que las personas mayores puedan sentarse, así como un número bajo de esta tipología de asientos. Este comportamiento refuerza la necesidad de campañas de sensibilización y formación para fomentar el respeto mutuo.

3. Vivienda

Vivienda y Acceso a la Vivienda

Áreas de mejora:

La vivienda presenta desafíos significativos, destacando la falta de accesibilidad en muchos edificios y el alto coste del alquiler, señalado como un problema recurrente: “*el coste del acceso a la vivienda, ya sea para alquilar o comprar, sigue siendo elevado.*” Este problema se agrava debido a la falta de regulación en los precios de los pisos y al insuficiente acceso a ayudas para alquilar o adquirir una vivienda.

Además, se identifican barreras arquitectónicas que dificultan la vida diaria de las personas mayores o con movilidad reducida. La ausencia de asesoramiento para acceder a ayudas de rehabilitación y la escasez de pisos adaptados se identifican como elementos limitantes para la inclusión y el bienestar de quienes más lo necesitan. Al hilo de esto, la escasa oferta de vivienda pública y las dificultades para realizar rehabilitaciones globales en comunidades enteras, afecta tanto a la accesibilidad como a la propia estética de los edificios. En este apartado se aprecian diferencias sustanciales entre los distintos barrios de Pamplona-Iruña, tanto por su antigüedad como por el mantenimiento de estos.

Puntos fuertes:

Por el lado positivo, las subvenciones en los últimos años han permitido mejoras en la accesibilidad de algunos pisos. Además, se reconoce la existencia de pisos más económicos dirigidos a personas jubiladas, lo que representa un alivio parcial ante el alto coste de la vivienda. La realización de reformas en fachadas de viviendas también contribuye a mejorar la imagen del entorno urbano y la calidad de vida de las personas residentes.



Servicios de atención y residencias

Áreas de mejora:

El sistema de atención a personas mayores presenta algunas carencias, entre ellas la falta de centros de día públicos. Esto, sumado a las largas listas de espera para acceder a servicios como residencias y apartamentos tutelados, constituye un desafío significativo para atender la creciente demanda de la población envejecida.

Un punto relevante es el Servicio de Asistencia Domiciliaria (SAD), que se limita a cubrir solo a una parte reducida de la población mayor con necesidades evidentes. Por otro lado, la oferta de plazas en residencias y centros tutelados es escasa y no logra cubrir la demanda actual, lo que se traduce en dificultades para el ingreso debido a barreras económicas y falta de espacios.

Puntos fuertes:

A pesar de estas dificultades, se han observado avances positivos. La contratación de profesionales en apartamentos para mayores y la apertura de nuevos centros tutelados son pasos importantes hacia la mejora de la atención. Además, la participación de entidades privadas (Ej. – Solera Asistencial) ha contribuido a diversificar los servicios disponibles, aunque estos suelen ser costosos y limitan su acceso a quienes cuentan con recursos económicos suficientes.



Accesibilidad, Convivencia y Espacios comunes

Áreas de mejora:

La movilidad dentro de las viviendas y el acceso al entorno urbano siguen siendo un reto. Aunque se ha mejorado en aspectos como las calles peatonales, persisten barreras arquitectónicas en edificios y espacios públicos. En muchos casos, los ascensores son insuficientes o inexistentes, lo que dificulta el acceso para personas mayores: *“hay edificios sin ascensor y pisos con barreras internas que no se pueden mejorar por falta de recursos.”*

Otro problema señalado es la presencia de lugares dentro de los barrios donde conviven personas mayores y no hay respeto por los ruidos, horarios, y demás cuestiones, generando un ambiente ruidoso y restando tranquilidad al vecindario.

Puntos fuertes:

En este ámbito, el aumento de ascensores en edificios es una mejora significativa. Además, los esfuerzos por automatizar las puertas de los portales han contribuido a facilitar el acceso, especialmente para personas con movilidad reducida.

Además, la estructura arquitectónica de muchas casas de la ciudad favorece la interacción y el confort.

4. Respeto e inclusión social

Respeto y valoración hacia las personas mayores

Áreas de mejora:

Se identifican algunas carencias en la percepción y tratamiento hacia las personas mayores dentro de la comunidad. La falta de respeto y consideración, especialmente por parte de algunos jóvenes, es un problema identificado, acompañado de actitudes paternalistas y prácticas de “edadismo” que limitan la autonomía y participación activa de las personas mayores en la sociedad. En palabras de algunos afectados, *“las personas mayores son vistas más como receptoras de servicios que como agentes activos con mucho que aportar.”* Todo ello implica en ocasiones cierta falta de empatía y comprensión por parte de la ciudadanía hacia las necesidades emocionales y sociales de este colectivo.

Puntos fuertes:

Sin embargo, existen signos positivos de cambio, como la implicación activa de los vecinos y vecinas en iniciativas de ayuda y la existencia de una sólida red asociativa en casi todos los barrios. Este tejido social fomenta una cultura de respeto y participación, permitiendo que las personas mayores desempeñen roles significativos dentro de su entorno.

Otro aspecto destacado es el nivel de participación de las personas mayores en las asociaciones vecinales y culturales, lo que refuerza su sentido de pertenencia y valor dentro de la comunidad. Además, se han identificado distintas iniciativas intergeneracionales desarrolladas, de gran valor y satisfacción.

Seguridad, Bienestar e Integración

Áreas de mejora:

En el ámbito de la seguridad, se percibe una sensación creciente de inseguridad, derivada de la falta de presencia policial y la sensación de un aumento de los robos y delitos. Estas situaciones afectan particularmente a las personas mayores, consideradas como un colectivo más vulnerable. Además, se detecta que muchas cosas el maltrato hacia las personas mayores está “invisibilizado” y que, aunque no se presencia de forma evidente, existe. La sensación creciente de una mayor exposición a estafas (sobre todo en el ámbito digital) o a distintas formas de engaño.

Una de las preocupaciones detectadas es la percepción implicación limitada del Ayuntamiento en la creación de espacios y redes para personas mayores. El tejido social, aunque presente, enfrenta dificultades para mantenerse activo, y la pérdida de servicios específicos ha reducido las oportunidades de interacción. También se detecta una escasa sensibilidad en la comunidad para fomentar relaciones intergeneracionales. En este sentido, se señala la falta de actividades inclusivas entre diferentes grupos de edad (más allá de acciones puntuales), lo que contribuye al aislamiento de las personas mayores.

Puntos fuertes:

A pesar de estos desafíos, existen avances significativos como la creación de asociaciones locales y el aumento de actividades organizadas por la Red de Mayores. Estas iniciativas muestran un potencial transformador para reforzar la integración social. Además, la buena convivencia vecinal y el fortalecimiento de la Red de Mayores son aspectos destacados como pilares de la cohesión comunitaria. Igualmente, se valora positivamente la figura del policía comunitario, que se valora positivamente para generar un ambiente más seguro y promover el bienestar colectivo.



Educación y Concienciación

Áreas de mejora:

En términos de educación intergeneracional, se identifica una carencia de información sobre derechos y reformas que afectan directamente a las personas mayores. También se percibe una falta de esfuerzos sistemáticos para integrar el envejecimiento en programas educativos, tanto en colegios como en asociaciones y centros de salud.

Por otro lado, el aumento del edadismo refleja la necesidad de campañas de concienciación que promuevan un cambio cultural más inclusivo y respetuoso hacia las personas mayores.

Puntos fuertes:

Sin embargo, los centros educativos que trabajan con todas las edades son señalados como ejemplos positivos, al promover una cultura de integración y respeto intergeneracional. Estas iniciativas son esenciales para combatir los prejuicios y fortalecer el entendimiento mutuo entre generaciones.

5. Participación social

Acceso a los recursos

Aspectos a mejorar:

Se identifican barreras importantes que dificultan una accesibilidad plena. En primer lugar, la comunicación y la difusión de información sobre actividades y recursos no llegan de manera adecuada a las personas mayores, lo que genera exclusión y limita su participación. También se observa una ausencia de recursos y espacios adaptados específicamente para ellas, como mobiliario ergonómico, infraestructuras accesibles o servicios especializados. Algunos barrios carecen completamente de actividades o espacios destinados a personas mayores, mientras que otros presentan dificultades por la falta de coordinación entre los recursos existentes.

Además, se manifiesta que las actividades gratuitas existentes suelen estar disponibles en horarios limitados, lo que no siempre se ajusta a las rutinas y necesidades de las personas mayores. Por último, se destaca la necesidad de contar con espacios específicos que promuevan la participación social, la autonomía y un envejecimiento activo, aspectos clave que no están suficientemente atendidos.

Puntos fuertes:

No obstante, se identifica que cada vez hay más presencia de actividades culturales gratuitas, algunas impulsadas desde el Ayuntamiento, pero otras desde otras entidades o asociaciones, lo que fomenta el acceso de las personas mayores a la cultura y la participación social sin que representen una carga económica. La oferta de actividades gratuitas se caracteriza también por su diversidad, lo que permite que las personas mayores encuentren opciones atractivas que se adapten a sus intereses.

Participación y organización

Aspectos a mejorar:

Se recoge la percepción de que las personas mayores no están suficientemente integradas en la organización y planificación de actividades comunitarias, lo que limita su capacidad de incidir en las decisiones que afectan directamente su calidad de vida. Además, la baja participación de hombres en las actividades específicas para mayores refleja una falta de diversidad en la inclusión de género en estas iniciativas.

Otro problema detectado es la escasez de espacios que promuevan interacciones intergeneracionales, lo que reduce la posibilidad de fortalecer los lazos sociales entre diferentes grupos de edad. A esto se suma la dificultad para participar en actividades debido a la masificación o la poca disponibilidad de horarios adaptados. En ciertas áreas, las personas consideran que no se toman suficientemente en cuenta las opiniones y necesidades de los mayores al momento de diseñar o priorizar programas sociales, lo cual limita la eficacia de estas intervenciones.

Puntos fuertes:

En cuanto a la participación y organización de las personas mayores, destaca la existencia de iniciativas privadas (como el Servicio Taller Activa tu Mente), que promueve la socialización a través de actividades diseñadas específicamente para este colectivo. Además, se valora muy positivamente la existencia de Redes de Mayores en algunos barrios que operan de manera efectiva, permitiendo la interacción y promoviendo una vida social más activa. Se evidencia un buen nivel de participación en actividades comunitarias, así como una notable implicación ciudadana en ciertos espacios y proyectos. No obstante, aunque por distintas características, se ha detectado una participación desigual en los distintos barrios de la ciudad.

Valoración positiva de espacios como los CIVIVOX en la ciudad y que las personas mayores aprovechan en gran medida, especialmente en actividades que fomentan el desarrollo personal y el bienestar, así como cuestiones culturales o artísticas. De forma complementaria, sigue habiendo presencia importante de clubes/asociaciones de jubilados donde las personas mayores en los distintos barrios acuden a socializar y realizar distintas actividades. Igualmente, los centros CONVIVE se han detectado que realizan una función importante en muchos barrios de la ciudad, al ser espacios de dinamización y servicio comunitario hacia las personas mayores.

Necesidades específicas de los Mayores

Aspectos a mejorar:

Se recoge la percepción de que no siempre se tienen en cuenta las necesidades especiales de las personas mayores en las actividades y recursos disponibles. Esto incluye dificultades relacionadas con el deterioro físico, cognitivo o sensorial que afectan a muchas personas mayores y que limitan su capacidad para participar en las actividades habituales. Hay una percepción de falta de consideración hacia las necesidades específicas de este grupo, lo cual se traduce en una oferta insuficiente de programas diseñados para aquellos con movilidad reducida u otras condiciones particulares.

Igualmente, los niveles de pobreza en este segmento poblacional en algunos barrios representan un desafío significativo, ya que limitan el acceso a recursos y servicios básicos. Las personas mayores de los barrios más antiguos también enfrentan barreras para integrarse en una comunidad cada vez más diversa culturalmente, y en algunos casos se señala la falta de espacios específicos como un club de jubilados donde puedan reunirse y participar activamente.

Pese a que existan recursos, ciertas infraestructuras presentan carencias importantes, por su ubicación o accesibilidad, así como por los horarios o servicios restringidos que limitan su utilidad como espacios de encuentro e interacción. Por ello, en general, se detecta una falta de locales públicos que puedan ser utilizados para reuniones o actividades organizadas por mayores y colectivos del barrio.

Puntos fuertes:

Se percibe que las actividades han ido en crecimiento, orientadas a mantener a las personas mayores ocupadas y con oportunidades de aprendizaje continuo, lo que contribuye a mejorar su calidad de vida y bienestar general. Una de las fortalezas más relevantes en este apartado es la existencia de una cultura cada vez mayor que aboga por fomentar el envejecimiento activo. Además, se observa un compromiso creciente por parte de la comunidad en reconocer la importancia de atender a este colectivo.

Pese a algunas críticas por su estado o mantenimiento, la ciudad cuenta con infraestructuras públicas de fundamental importancia para el encuentro y organización de actividades para las personas mayores, lo que permite la socialización y la organización comunitaria, especialmente en barrios donde las personas mayores tienen una mayor representación.

6. Empleo y voluntariado

Voluntariado y participación

Aspectos a mejorar:

A pesar de los logros alcanzados, se han identificado áreas de mejora importantes en este ámbito. Uno de los principales desafíos es la necesidad de sensibilizar y promover más ampliamente los valores del voluntariado, de manera que se incremente el interés por participar. Aunque se observa un aumento del voluntariado, este todavía resulta insuficiente en relación con las necesidades, particularmente en actividades dirigidas a personas mayores. Además, se detecta una escasez de programas que fomenten el voluntariado intergeneracional, lo cual limita las oportunidades de interacción y aprendizaje entre diferentes grupos de edad.

También hay una carencia de personas voluntarias que se especialicen en el cuidado de personas mayores o en actividades de la vida cotidiana, como acompañamiento en gestiones o apoyo en tareas domésticas, repercutiendo todo ello en el sector público que no abarca todo, y en un sector privado de limitado acceso para ciertas economías. A esto se suma la percepción de una falta de estrategia estructurada para motivar al voluntariado, haciendo que la rotación o el abandono de las tareas sea frecuente.

Otro punto reflejado es la percepción limitada sobre las oportunidades que ofrece el voluntariado, así como la falta de información clara sobre las redes y recursos existentes para integrarse en este tipo de actividades. Finalmente, se destaca la necesidad de mayor formación y sensibilización para garantizar un trato adecuado hacia las personas mayores y otros colectivos vulnerables, contribuyendo a una labor más humanitaria y efectiva. Unido todo ello a una necesidad de consideración especial de aquellos barrios con menos recursos (Buztintxuri, Etxabakoitz, Mendillorri, Rochapea, San Jorge).

Durante la recogida de información se detectó un debate recurrente sobre la presencia de voluntariado como algo interesante pero que no debería de tener tanta importancia ya que convendría que su actividad fuera un servicio público.

Puntos fuertes:

Se manifiesta que la comunidad ha experimentado un aumento en los niveles de voluntariado, lo que demuestra un interés creciente por parte de los vecinos y vecinas en involucrarse activamente en su entorno. Este voluntariado está bien canalizado a través de redes y asociaciones que permiten una gestión efectiva y organizada de las iniciativas. Destacan ejemplos como el servicio municipal de voluntariado y otras entidades que aportan estructura y soporte al trabajo de los voluntarios, ofreciendo un marco en el que se pueden desarrollar tareas con claridad y propósito.

Además, existe una valoración positiva del voluntariado por parte de la comunidad, con un reconocimiento hacia su importancia durante momentos críticos, como la pandemia. Este contexto ha servido para fortalecer la percepción del voluntariado como un recurso clave. Por otro lado, hay una red sólida de colaboración con entidades como Sercade, Cruz Roja y otros colectivos que aportan un apoyo significativo, destacándose también la presencia activa del servicio de voluntariado municipal y de las parroquias del barrio.

Formación, capacitación y comunicación

Aspectos a mejorar:

Se recoge que muchas personas voluntarias carecen de una capacitación adecuada para manejar situaciones complejas, como el acompañamiento a personas mayores en estado de soledad o dependencia. También hay dificultades para detectar y abordar problemas relacionados con la salud mental, el aislamiento o el trato adecuado hacia las personas mayores y otros colectivos vulnerables.

Por otra parte, se observa una falta de coordinación entre las asociaciones encargadas de promover estas formaciones y una carencia en la orientación específica para los roles que desempeñan los voluntarios, limitando así su capacidad de actuación, lo que se traduce en una menor eficacia de las actividades desarrolladas. Además, la percepción de abandono por parte de algunas asociaciones hacia las personas voluntarias genera desmotivación, lo que puede incidir negativamente en la sostenibilidad del sistema de voluntariado.

Por otro lado, se recoge la necesidad de mejora de la comunicación entre los centros de jubilados y las instituciones locales, ya que muchas veces no existe un enlace claro que facilite el acceso a recursos o actividades. También se recoge cierta falta de compromiso por parte del Ayuntamiento hacia los clubes de jubilados, lo que podría fortalecer las iniciativas destinadas a las personas mayores.

Puntos fuertes:

Pese a estas cuestiones, se ha recogido la percepción de que la formación de voluntarios/as (en ocasiones por exigencias normativas) ha mejorado considerablemente en los últimos años, lo que ha permitido un desempeño más profesionalizado y efectivo en sus labores. Esto, a su vez, contribuye a mejorar la percepción del voluntariado y su impacto en la comunidad.

Igualmente, destaca la presencia de una amplia oferta cultural y de ocio dirigida a las personas mayores, así como la percepción de que la jubilación es una etapa para disfrutar y explorar nuevas oportunidades. Esta visión positiva favorece una actitud activa en los mayores, quienes participan de manera constante en actividades organizadas por diferentes colectivos.

La colaboración con asociaciones como el Servicio municipal de voluntariado, Cruz Roja y Sercade refuerza la capacidad de las instituciones para ofrecer un soporte efectivo a las personas mayores. Además, muchas personas jubiladas perciben esta etapa como un momento para “hacer cosas, sentirse activos”, lo que fomenta un envejecimiento activo y una mayor implicación en actividades sociales.



Recursos y apoyo económico

Aspectos a mejorar:

En el ámbito económico, persisten barreras significativas que afectan tanto al empleo como al acceso a servicios. Las pensiones que reciben algunas personas mayores resultan insuficientes para cubrir necesidades básicas, lo que agrava la desigualdad y limita su acceso a actividades sociales o servicios especializados. Esta situación afecta especialmente a viudas o personas que viven solas, quienes enfrentan mayores desafíos para mantener su calidad de vida. En este ámbito se han detectado diferencias significativas entre los distintos barrios de la ciudad. Este problema se agrava cuando las personas mayores no disponen de un respaldo económico sólido, viéndose obligadas a priorizar gastos básicos por encima de su participación social o acceso a recursos para un envejecimiento activo.

7. Servicios sociales y de salud

Acceso a la atención sanitaria

Áreas de mejora:

Se subraya la “descoordinación en el centro de salud”, que genera incertidumbre y ralentiza los procesos de atención, con una rotación excesiva de personal que manifiestan repercutir negativamente en la calidad del servicio. Las listas de espera para consultas médicas y especializadas son percibidas como excesivamente largas, afectando especialmente a personas mayores con problemas crónicos. “Es inaceptable esperar más de un año para una valoración”, señalan algunos participantes.

Además, se denuncia la falta de información accesible sobre derechos y recursos disponibles para las personas mayores: “Muchos no saben a qué ayudas pueden acceder o cómo solicitar acompañamiento en gestiones”. También se hace énfasis en la carencia de personal especializado, como geriatras, lo que impacta negativamente en la calidad de los diagnósticos y tratamientos.

Por último, los participantes lamentan la excesiva burocratización y digitalización de los trámites sanitarios, lo que dificulta el acceso de personas mayores: “No todo el mundo puede usar un ordenador para pedir una cita o rellenar un formulario”.

Puntos fuertes:

El Servicio de Atención Domiciliaria (SAD) destaca como un recurso muy valorado en la ciudad especialmente por su accesibilidad y cercanía a las necesidades de las personas mayores (y otro tipo de personas usuarias). Según las aportaciones recogidas, “se puede mejorar, pero es muy bueno y útil para personas con movilidad reducida”. Además, se cuenta con una ambulancia domiciliaria que apoya los traslados necesarios, lo que refuerza la atención sanitaria.

La atención personalizada es otro de los aspectos destacados, ya que permite a las personas sentirse escuchadas y atendidas según sus necesidades particulares. También se resaltan los esfuerzos en la coordinación con los servicios sociales, que facilitan un enfoque más integral de la atención sanitaria.

Atención a la Dependencia

Áreas de mejora:

Existe la percepción de que las listas de espera para acceder a programas específicos son muy largas, lo que genera situaciones de desamparo en las familias. “No se puede esperar tanto tiempo cuando hablamos de personas mayores que necesitan ayuda inmediata”, expresa uno de los aportes. Desde Servicios Sociales de Base, también se percibe como un recurso fundamental, pero con escasez de medio para la alta demanda que gestionan, provocando ello listas de espera o una atención no del todo deseada.

También se denuncia la privatización progresiva de servicios sociales y sanitarios, lo que limita el acceso equitativo a recursos fundamentales. Los participantes destacan la necesidad urgente de reforzar programas de prevención en atención primaria y de incorporar especialistas en dependencia para garantizar una atención de calidad. Se percibe una rotación constante del personal, lo que genera falta de confianza en el sistema: “No sabes quién te va a atender la próxima vez, y eso te hace sentir insegura”.

Puntos fuertes:

En el ámbito de la atención a la dependencia, los programas de ayudas económicas dirigidos a personas vulnerables son muy valorados. Estas ayudas permiten que las familias puedan hacer frente a las necesidades básicas de cuidado, promoviendo un mayor bienestar en los hogares. También se reconocen los esfuerzos realizados en la oferta de servicios sociales a nivel de cada barrio, lo que permite una intervención más cercana y personalizada.

Coordinación y organización de servicios

Áreas de mejora:

Se ha recogido que existen desafíos importantes en la coordinación general de los servicios. Se destacan la falta de integración entre los diferentes sistemas, especialmente entre salud y Servicios Sociales. “A veces parece que están trabajando en mundos separados”, comentan. También se percibe una falta de comunicación efectiva entre las asociaciones del barrio, lo que dificulta la creación de redes de apoyo sólidas.

Otro problema recurrente es la rotación frecuente del personal sanitario y social, lo que impide un seguimiento continuo y personalizado de los casos. Esto se agrava por la falta de información actualizada sobre los servicios disponibles, dejando a muchas personas mayores sin acceso a recursos que podrían mejorar su calidad de vida.

La “rotación excesiva del personal” afecta gravemente la continuidad en la atención, lo que genera desconcierto y desconfianza entre las personas usuarias. Además, las “trabas burocráticas” son percibidas como un obstáculo importante para acceder a recursos esenciales. Se señala que “la gestión administrativa es lenta, poco eficiente y, en muchos casos, desmotivante”.

Finalmente, la falta de personal estable en los servicios sociales y de salud contribuye a un deterioro generalizado de la calidad del servicio. “Se necesita un equipo fijo y comprometido para que las cosas funcionen mejor”, concluyen.

Puntos fuertes:

Pese a este elemento, se considera que se están introduciendo avances en los centros de salud que buscan mejorar ciertos procesos administrativos y facilitar la comunicación con las personas usuarias. Asimismo, la integración de otros ámbitos sociales en la atención primaria, como el trabajo con asociaciones de barrio, ha resultado en un enfoque más integral y accesible. En esta cuestión adquieren mucha importancia las Unidades de Barrio, que desempeñan una labor fundamental en este ámbito.

Pese a todo, se recoge en general un reconocimiento al esfuerzo de algunos profesionales en mantener una gestión organizada dentro de los recursos disponibles. También se valora la existencia de programas como el SAD, que intenta optimizar la atención a mayores con dependencia.

Soledad y necesidades sociales

Áreas de mejora:

Se recoge, que pese a los avances que se han intentado introducir en relación a la Soledad no deseada, sigue habiendo casos de soledad que no se detectan a tiempo, especialmente entre las personas mayores que no tienen un contacto regular con los servicios sociales o espacios de socialización (Ej – Red de Mayores, clubes de jubilados, centros CONVIVE ...). “La soledad no deseada sigue siendo una realidad muy presente”, lamentan. Además, las largas listas de espera para acceder a servicios especializados, como atención psicológica, agravan este problema.

Por otro lado, existe una percepción de falta de sensibilidad hacia estas problemáticas en algunos sectores institucionales. “Parece que todo se reduce a números y estadísticas, pero no a personas reales con necesidades urgentes”. También se hace hincapié en la dificultad para comunicar las necesidades específicas de este colectivo a las autoridades pertinentes, lo que resulta en una respuesta insuficiente.

Con respecto a la cuestión de soledad, se recoge la demanda de que sea trabajado como un elemento transversal, y que se tenga en cuenta que hay muchas barreras que se enfrentan las personas mayores que si no se subsanan se aíslan y viene la soledad (*“¿De qué sirve que se hagan actividades si esa persona no puede bajar de casa sin ayuda?”*).

Puntos fuertes:

La comunidad cuenta con redes de apoyo que permiten identificar y atender situaciones de soledad, especialmente entre las personas mayores. “Hay vecinos y asociaciones que están atentos a quienes lo necesitan”, comenta uno de los testimonios.

El personal sanitario y social de los barrios es descrito como empático y cercano, lo que genera confianza en las personas usuarias. “Es un alivio encontrar profesionales que realmente se preocupen por ti y no solo cumplan con el trámite”, señalan. Además, se han implementado nuevos proyectos orientados a la promoción de la salud, como la iniciativa de la receta deportiva social, que fomenta la actividad física como parte del tratamiento médico.

8. Comunicación e información

Acceso a la información

Áreas de mejora:

Uno de los principales problemas identificados es la “inexistencia de un punto de información fijo, con personal competente”, lo que dificulta el acceso de las personas mayores a recursos y servicios. Esta falta de referencia genera barreras adicionales, como la poca accesibilidad a la información y la dispersión de los datos disponibles.

Además, se recogen percepciones sobre la información que “no llega a todas las personas” o es difundida de manera desorganizada, así como echar en falta espacios de atención personal que sean “cercaos, sencillos y accesibles”.

Además, elementos más simples, pero que en ocasiones no se tienen en cuenta en el diseño de la documentación, como pueden ser los colores, tamaño de letra, etcétera.

Puntos fuertes:

A pesar de estas dificultades, se perciben esfuerzos en la mejora de la difusión de actividades, con un aumento reciente de iniciativas que “está mejorando”. También se valora la atención personalizada que en algunos casos se adapta a las necesidades de las personas mayores, y el uso de herramientas de algunas asociaciones/entidades que si proporcionan información clara y útil.

Los “diferentes medios de comunicación” que ya existen son un recurso valioso que podría fortalecerse con una mejor organización y coordinación. Además, se han identificado en muchos barrios, “*personas referencia*” que, por su dinamismo y conocimiento de las personas mayores, hacen de difusoras de la información, siendo recursos aprovechados a nivel de barrio para transmitir y hacer llegar información.

Brecha digital y tecnología

Áreas de mejora:

La brecha digital sigue siendo un desafío considerable, agravado por *“la falta de formación en las TICs”* y sistemas que no están adaptados a personas con poca experiencia tecnológica. Se menciona que la digitalización excluye a las personas mayores, especialmente en trámites administrativos que requieren el uso de ordenadores. Por ejemplo, hay *“problemas con la brecha digital, que dificultan la realización de trámites y no permiten que la información llegue a las personas analógicas”*.

En general, se percibe una fuerte crítica a la excesiva digitalización experimentada a raíz de la pandemia, que está haciendo que las personas mayores no tengan posibilidad de hacer trámites sencillos y cotidianos, viéndose obligados a consultar o pedir ayuda constantemente.

Puntos fuertes:

Sin embargo, existen iniciativas positivas que buscan disminuir esta brecha. Entre ellas, destacan los *“talleres formativos sobre prevención y uso de las tecnologías”* y los *“cursos para disminuir la brecha digital”*. Además, se reconoce el valor de personas dispuestas a ayudar en el manejo de la tecnología, lo que refuerza el apoyo comunitario en este ámbito.

También se mencionan estrategias útiles como la instalación de *“pantallas visibles en puntos determinados”* para facilitar el acceso a la información, aunque a veces los tiempos en la información proyectada son cortos, lo que no permite una lectura y seguimiento correcto de esta.



Comunicación y difusión

Áreas de mejora:

La comunicación enfrenta varios desafíos relacionados con la demora en la llegada de la información. Se reportan “respuestas lentas por parte del trabajador social del barrio”, lo que dificulta la resolución de trámites y la obtención de información en momentos críticos.

Además, las páginas web disponibles suelen ser poco intuitivas, incrementando las barreras para acceder a la información, así como el uso de aplicaciones municipales (como por ejemplo la de la Mancomunidad para tirar los residuos) son percibidas como lejanas a la realidad de las personas mayores, siendo elementos sin trascendencia para estas.

Puntos fuertes:

En contraste, la figura de una dinamizadora de red “muy eficaz e implicada” ha sido clave para fortalecer la comunicación en algunos sectores del barrio. También se valora el uso de medios como los grupos de WhatsApp por parte de asociaciones vecinales para informar sobre lo necesario, y el “foro de barrio buzonea sobre sus actividades”, un método analógico que ha demostrado ser efectivo.

Formación y capacitación

Áreas de mejora:

La formación en el manejo de herramientas digitales es otro punto crítico, y se percibe que hay “poca oferta de formación para el manejo de las TICs”, o que la que existe es puntual y sin continuidad, por lo que no permite el asentamiento de los conocimientos.

Se señala también la necesidad de adaptar los recursos de capacitación a las necesidades específicas de las personas mayores, como el uso de formatos presenciales y materiales más accesibles.

Puntos fuertes:

Por otro lado, gracias a la red de mayores, “se facilita mucho la formación”, y se han desarrollado cursillos que abordan estas necesidades, aunque su alcance sigue siendo limitado por el número de personas que acuden y por la presencia parcial en algunos barrios de la ciudad.



Propuestas

Espacios al aire libre y edificios

1. Informar a las personas sobre la recogida de traperos de Emaús para evitar el desecho inadecuado de residuos en la calle, como mobiliario del hogar. Además, establecer multas para quienes no gestionen adecuadamente su basura.
2. Incrementar la presencia de policías en parques y plazas para prevenir conductas inapropiadas, como el consumo de alcohol en espacios públicos.
3. Implementar pasarelas eléctricas en cuestas para facilitar la movilidad de las personas mayores, considerando que servicios como el centro de salud y la red de mayores están ubicados en zonas altas del barrio.
4. Mejorar los parques y zonas verdes con un mayor mantenimiento.
5. Brindar acompañamiento a las personas mayores para ayudarlas en la rehabilitación de sus viviendas y en la eliminación de barreras arquitectónicas.
6. Sustituir escaleras mecánicas por ascensores en zonas públicas para una mejor accesibilidad.
7. Instalar señalizaciones claras sobre el uso de los aparatos de gimnasia al aire libre, promoviendo su correcto aprovechamiento.
8. Mejorar la accesibilidad arquitectónica del centro San Juan Bosco o trasladar el centro de mayores a un lugar más adaptado a sus necesidades.
9. Separar físicamente los carriles para peatones, bicicletas y patinetes, además de mejorar el tipo de acera para garantizar la seguridad y comodidad de los usuarios.

Transporte

1. Habilitar más espacios para sillas de ruedas en las villavesas.
2. Aumentar la frecuencia de villavesas durante las horas punta para mejorar el servicio.
3. Garantizar la disponibilidad de transporte adaptado e individual para las personas mayores y con movilidad reducida, promoviendo su acceso y circulación por el barrio.
4. Mejorar las rampas de acceso en las villavesas y ajustar los horarios para una mayor comodidad de los usuarios.
5. Verificar que se implementan soluciones efectivas en los “puntos negros” identificados en los barrios, priorizando la seguridad y accesibilidad.
6. Implementar microbuses de cercanía en puntos clave de los barrios, con horarios fijos y uso exclusivo para personas mayores y sus cuidadores/as.

Vivienda

1. Revisar las condiciones de las viviendas para verificar si están adecuadamente acondicionadas y, además, identificar casos de soledad no deseada entre los residentes.
2. Incrementar el número de plazas en residencias públicas, pisos tutelados o proyectos de co-housing para personas mayores.
3. Ampliar la oferta de pisos municipales para atender la demanda habitacional.
4. Aumentar las plazas en residencias públicas y reducir el coste en residencias privadas, mejorando su calidad. Esto incluye abordar problemas como la alta rotación de personal y la insuficiencia de servicios médicos, que afectan la relación calidad-precio.
5. Incrementar las actividades ofrecidas en los pisos municipales, particularmente aquellos con servicios intermedios, para promover el bienestar de sus residentes.

Respeto e inclusión social

1. Promover talleres de concienciación ciudadana para fomentar el cuidado del barrio y de los recursos disponibles en él.
2. Implementar una campaña de sensibilización para garantizar el respeto hacia los asientos reservados para personas mayores en el transporte público.
3. Desarrollar programas de convivencia intergeneracional en las escuelas, fomentando la interacción y el aprendizaje mutuo entre generaciones.
4. Llevar a cabo campañas de sensibilización que promuevan el compromiso de los vecinos en brindar apoyo a las personas mayores.
5. Organizar charlas impartidas por la policía municipal en clubes de jubilados o centros de salud, abordando temas de seguridad y prevención de estafas.
6. Impulsar la educación cívica y vial en colegios, tanto públicos como privados, para mejorar la convivencia y el respeto en el espacio público.

Participación social

1. Crear un plan para la detección de personas mayores que viven en soledad no deseada. Esto implicaría trabajar con lugares estratégicos frecuentados por ellas, como farmacias, centros de salud y centros de barrio.
2. Establecer un comedor comunitario con el objetivo de generar convivencia y reducir la soledad en las personas mayores.
3. Organizar reuniones directas entre el Concejal de Barrio y todas las organizaciones que conforman la red de mayores. Estas reuniones deben estar previamente planificadas, con temas seleccionados durante los encuentros mensuales de la red de mayores.
4. Fortalecer la relación entre los centros escolares y la red de mayores mediante colaboraciones, charlas y actividades conjuntas.
5. Impulsar acciones en la red de mayores que contribuyan a mejorar la imagen del barrio, fomentando el sentido de pertenencia y orgullo comunitario.
6. Fortalecer la red de barrio para trabajar en la detección de casos de soledad no deseada y promover un entorno más solidario.
7. Proveer espacios adecuados para la red de mayores que permitan ofrecer atención telefónica y presencial, además de servir como punto de encuentro para las organizaciones.
8. Promover actividades intergeneracionales que involucren a diversos colectivos del barrio, fomentando la integración y el aprendizaje mutuo.
9. Mejorar la figura del concejal de barrio, asegurando una mayor presencia, compromiso y capacidad de respuesta ante las necesidades de la comunidad.

Servicios sociales y de salud

1. Crear la figura de recepcionista en la primera sección del centro, encargada de organizar los recursos del lugar y brindar apoyo para el uso del proyector y otras herramientas disponibles.
2. Garantizar que el centro de salud cuente con la atención de un geriatra, especializado en las necesidades de las personas mayores.
3. Revisar y actualizar los protocolos de seguridad del centro para garantizar el bienestar de los usuarios.
4. Ofrecer información grupal desde los Servicios Sociales de base, además de la atención individual, para llegar a más personas y mejorar la comunicación comunitaria.
5. Brindar formación sobre el acceso y uso de la carpeta de salud, facilitando a las personas mayores la gestión de su información médica.
6. Incrementar el servicio de fisioterapia en centros de salud, ya que muchas personas mayores carecen de recursos económicos para acceder a este servicio por cuenta propia.

Empleo y voluntariado

1. Colaborar con asociaciones como la Caja de Navarra para garantizar que los voluntarios estén amparados mediante seguros, retomando prácticas que se realizaban anteriormente.
2. Crear un banco de tiempo similar al de Mendillorri, basado en un voluntariado intergeneracional. En este modelo, las personas mayores acumulan horas de servicio que después retribuyen a los voluntarios mediante la enseñanza de conocimientos o habilidades, fomentando su empoderamiento.
3. Aprovechar las habilidades y conocimientos de los voluntarios para organizar un voluntariado temático, como el desarrollado por el SECOT, adaptado a las necesidades del barrio.
4. Establecer la importancia de contar con un voluntariado reglado para ayudar en trámites personales, con el objetivo de prevenir situaciones de abuso o mala praxis.
5. Mejorar el servicio municipal de voluntariado mediante la continuidad y el compromiso en el voluntariado, acompañado de formación adecuada para los participantes. También se propone delimitar claramente la figura del voluntario en relación con la de un profesional, y explorar otros apoyos adicionales para fortalecer el programa.

Comunicación e información

1. Crear una figura u oficina única como punto de referencia para la comunicación de servicios y recursos de la red de mayores.
2. Habilitar un teléfono móvil gestionado por el Ayuntamiento que permita consultas mediante llamadas y mensajes de WhatsApp.
3. Organizar talleres sobre el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para personas mayores.
4. Capacitar a los cuidadores con información relevante para las personas a su cargo, de manera que se conviertan en un canal efectivo de transmisión de información.
5. Difundir información publicitaria a través de diversos canales y de manera reiterada, evitando que la comunicación se limite únicamente a medios digitales.
6. Ofrecer charlas anuales para informar sobre los cambios legales que afectan a personas mayores, dependientes y con discapacidad.
7. Crear un espacio para ofrecer auxilio tecnológico en la realización de trámites digitales, orientado especialmente a personas mayores, en un ambiente amigable.
8. Implantar paneles digitales en puntos estratégicos del barrio para divulgar ofertas culturales y actividades de interés, adaptado a las personas mayores de 65 años.
9. Garantizar respuestas claras y justificadas por parte del ayuntamiento ante quejas, reclamos o sugerencias, indicando si es posible implementar soluciones o explicando las razones por las que no se puede (por ejemplo, falta de presupuesto).

Diagnóstico participado por sectores

**Diversidad funcional y
diversidad cultural**



5.5 Diversidad funcional y diversidad cultural

El presente apartado pretende recoger dos elementos transversales tenidos en cuenta en la recogida de información para el Diagnóstico de Personas Mayores de Pamplona-Iruña. Estos son la integración de la diversidad funcional y la diversidad cultural como elementos transversales durante el proceso de trabajo de campo, pero recogiendo de manera detallada en el presente apartado, teniendo así en cuenta las necesidades y barreras de estos colectivos. Para ello, a través de entrevistas se realizó una recogida de información con entidades y profesionales representativas en cada ámbito.

Diversidad funcional

El envejecimiento en las personas con discapacidad es un proceso lleno de matices y particularidades que, con frecuencia, pasan desapercibidos en una sociedad que aún tiende a homogeneizar las necesidades de quienes llegan a la vejez. No se trata solo de la suma de años o de las condiciones físicas que el tiempo va marcando, sino de algo más complejo donde se cruzan historias de vida, necesidades específicas y una lucha constante por ser reconocidos no como un grupo más, sino como individuos plenos con derechos y aspiraciones propias.

Para muchas de estas personas, el proceso de envejecer trae consigo una serie de desafíos adicionales a los ya propios de cualquier proceso de envejecimiento. Durante su vida, es posible que hayan contado con sistemas de apoyo que, en cierta medida, respondían a sus necesidades. Sin embargo, se identifica al llegar a una determinada edad, se detecta que se produce un cambio sutil, pero de alto impacto: dejan de ser vistos como personas con discapacidad para ser simplemente catalogados como “mayores”. Este cambio, implica con frecuencia la pérdida de recursos, de atenciones personalizadas y, sobre todo, de una mirada que entienda sus necesidades específicas por encima de las generales de “persona mayor”. En este tránsito, muchas personas se sienten invisibilizadas, como si parte de su identidad se escapara en un sistema actual que plantea una dicotomía entre persona mayor y discapacidad, sin tener en cuenta las necesidades particulares que plantean ambas características. Como se recoge en el proceso, *“no por hacerse mayores su discapacidad desaparece; las propias necesidades siguen estando, además de las propias del envejecimiento”*.

El envejecimiento, lejos de ser algo uniforme, varía profundamente de una persona a otra. Estas diferencias resultan más evidentes en quienes padecen algún tipo de diversidad funcional, ya que los ritmos, desafíos y las experiencias de vida moldean un camino que difícilmente puede ser comparado con el de la población mayor en general. Para estas personas, las soluciones no deberían pasar por su centralización en espacios diseñados específicamente para ellas, sino por la creación de entornos comunitarios que, desde su diseño, permitan y fomenten su participación activa. *“Que no tengan que venir aquí, sino que dentro de cada barrio puedan hacer las actividades con el apoyo que necesitan”*.

Es decir, que **no se trata de aislar o limitar, sino de integrar, de generar un tejido social donde puedan ser parte, con el acompañamiento adecuado y sin necesidad de desplazarse lejos de sus hogares o comunidades.**

Entre los muchos desafíos que enfrentan, la **accesibilidad aparece como un elemento clave.** Aunque en las últimas décadas se han establecido normativas que buscan garantizar infraestructuras públicas accesibles, la realidad es que estas leyes no siempre se traducen en cambios significativos, e incluso que el ritmo de implantación de la legislación no parece ser del todo satisfactorio, según se recoge en el proceso participativo. Las barreras físicas son todavía una realidad cotidiana en muchos espacios, pero las barreras cognitivas y sensoriales resultan igualmente restrictivas, aunque menos visibles. En muchos casos, la información, los trámites administrativos y los servicios están diseñados para una “población estándar” que no contempla las necesidades de las personas con diversidad funcional. Desde los carteles en las calles hasta las plataformas digitales, los sistemas carecen de una visión que integre a las personas con diversidad funcional (**“los trámites online no tienen en cuenta la diversidad cognitiva, y la información debería ser mucho más accesible”**).

La **movilidad**, por su parte, es otro de los aspectos que más impacta en la calidad de vida y la autonomía de estas personas. El transporte público, esencial para tantas personas mayores, se presenta a menudo como un espacio hostil para quienes tienen algún tipo de limitación. Las dificultades comienzan con aplicaciones móviles diseñadas sin criterios de accesibilidad y continúan con una señalización deficiente, tanto dentro de los vehículos como en las paradas. *“La información en las marquesinas es muy difícil de entender, y la del autobús no se apoya de forma auditiva”*. **A esto se suman barreras sociales que no siempre se mencionan, pero que son igualmente importantes: la falta de empatía y de conocimiento de la sociedad por la diversidad funcional (más allá de lo físico), es una cuestión pendiente.** Para muchas personas mayores con diversidad funcional, el transporte público no solo es un medio para desplazarse, sino también una puerta hacia la participación social, y cuando esta puerta se cierra, las consecuencias son profundas y limitantes.

La **vivienda** es otro pilar fundamental para garantizar una vida digna, y, sin embargo, en este ámbito se encuentran algunas de las carencias más significativas. Para muchas personas mayores con discapacidad, la vivienda ideal sería aquella que les permita mantener su independencia tanto como sea posible, con los apoyos necesarios para llevar una vida plena. Sin embargo, las opciones disponibles son escasas y a menudo poco adecuadas. En ocasiones, muchas de estas personas han vivido con sus progenitores, que además ejercían de cuidadores/as, y que, al faltar esta red de apoyo, les “obliga” a encontrar lugares de residencia fuera de sus “viviendas habituales”. Por otro lado, los pisos tutelados diseñados para este colectivo son insuficientes, y las residencias de mayores, en muchos casos, no están equipadas para responder a las necesidades específicas de quienes también lidian con una discapacidad. **“Una persona con discapacidad pasa de vivir en un piso con apoyos a una residencia de tercera edad donde no tienen los apoyos específicos que necesitan”**. Esta falta de opciones genera un vacío que deja a muchas personas en situaciones de vulnerabilidad, especialmente cuando pierden a sus redes de apoyo familiar.

La **participación social**, entendida no solo como una posibilidad, sino como un derecho, también enfrenta barreras importantes. En demasiadas ocasiones, el entorno social no está preparado para integrar a las personas mayores con discapacidad de manera plena, por desconocimiento o por simple dejadez ante el ritmo de vida actual. Se recoge que, históricamente, las experiencias que crean espacios de participación inclusiva, estas personas no solo encuentran una oportunidad para contribuir, sino que también enriquecen a la comunidad con sus vivencias, habilidades y perspectivas únicas. Es decir, que **es necesario cambiar el foco de las personas con diversidad funcional como simples receptoras de servicios, sino que también tienen mucho que aportar y contribuir con la comunidad**. Sin embargo, en ocasiones, los prejuicios y la falta de conocimiento y educación limitan estas oportunidades (*“siempre se ha puesto el foco en las personas, pero si el entorno no es accesible y no me incluye, está mal”*). **La inclusión real no puede depender únicamente de la capacidad de adaptación de las personas con discapacidad; es necesario que el entorno se transforme, reconociendo que la diversidad es un valor y no un obstáculo.**

En el ámbito de la **salud y servicios sociales**, los retos son igualmente evidentes. Las consultas médicas, diseñadas para tiempos ajustados y enfoques generalizados, no siempre son adecuadas para atender a personas mayores con discapacidad, que en ciertos casos suelen necesitar más tiempo y una atención más personalizada, pero la saturación de los servicios de salud y la falta de formación específica por parte del personal dificultan que esto se materialice (*“van a consulta acompañados, pero no son los protagonistas de la consulta”*). **En el caso de la salud mental, las deficiencias son aún más preocupantes, pues los sistemas existentes no están preparados para atender las particularidades de la población con diversidad funcional (psíquica o mental, en este caso)**. La falta de diagnóstico adecuado y los tratamientos estandarizados contribuyen a perpetuar una atención insuficiente y, en ocasiones, ineficaz.

A pesar de todo, se han logrado avances. Cada vez más se reconoce a las personas con diversidad funcional, dándose poco a poco menos situaciones de exclusión o incluso faltas de respeto, tan común años atrás según se recoge. Sin embargo, este reconocimiento aún es incipiente y necesita consolidarse. Para ello, es fundamental que los recursos existentes se adapten a sus necesidades y que las leyes que garantizan sus derechos se cumplan de manera efectiva. **“Estamos avanzando, pero todavía falta mucho por hacer; el envejecimiento con discapacidad es un tema reciente y aún están invisibilizadas”**.

Diversidad cultural

Como se ha mostrado a nivel estadístico, las personas mayores (+65) extranjeras en Pamplona-Iruña, pese a que son minoría sobre el total de población extranjera, han experimentado un aumento progresivo durante los últimos años. Muchas personas extranjeras que migraron a Pamplona hace décadas (a inicios de los 2000) por razones laborales están envejeciendo y se están convirtiendo en parte de la población mayor de la ciudad, por lo que es necesario conocer las necesidades y perfiles de estas, para poder integrarlas en el diagnóstico a nivel general de las personas mayores.

La diversidad cultural en el envejecimiento de las personas mayores migrantes en Pamplona-Iruña evidencia una evolución en las características sociodemográficas de la población, donde el perfil de las personas es más rico y complejo que generaciones atrás, lo que implica tener en cuenta los factores sociales, económicos y culturales que moldean las experiencias de las personas que acuden a la localidad y envejecen en ella. Muchas de estas personas llegaron a la ciudad impulsadas por motivos económicos, buscando estabilidad laboral y mejores oportunidades, especialmente en sectores como el de los cuidados, que suele ser una puerta de entrada clave para el empleo, sobre todo en mujeres. En este ámbito, los trabajos como internos en el cuidado de personas mayores son particularmente comunes. Aunque ofrecen una solución habitacional temporal, estas oportunidades también limitan la privacidad y pueden implicar una carga emocional significativa, especialmente para quienes llegan a Pamplona sin redes de apoyo preexistentes, lo que incrementa su vulnerabilidad inicial.

La **adaptación a la cultura local** suele ser valorada positivamente, aunque no sin desafíos, ya que muchas personas mayores migrantes mencionan dificultades para integrarse plenamente en la comunidad debido a barreras culturales y/o lingüísticas. En este proceso, las redes iniciales de familiares o conocidos desempeñan un papel crucial, facilitando la llegada y adaptación. Sin embargo, para quienes llegan sin estas conexiones, el apoyo de organizaciones como Cáritas y Cruz Roja resulta importante. Estas instituciones han sido fundamentales no solo en la acogida, sino también en la orientación para el sistema de salud o de servicios sociales.

El **acceso a servicios sociales** está condicionado por el historial laboral y de cotización a la seguridad social de cada persona, ya que aquellas personas que han podido cotizar enfrentan menos barreras al envejecer, mientras que quienes han trabajado sin cotización enfrentan mayores dificultades económicas y sociales. Esta situación se agrava en el caso del acceso a una vivienda adecuada, un problema recurrente entre las personas mayores migrantes. No obstante, en función de las expectativas vitales de cada persona, esto puede variar, ya que hay algunas que no pretenden mantenerse en la localidad tras llegar a la “jubilación”.

No obstante, se ha identificado que hay personas migrantes que comenzaron su vida en la ciudad en **condiciones habitacionales** precarias, lo que dificultó y lo sigue haciendo su alternativa habitacional. Se ha comprobado, además, que para las mujeres mayores migrantes que viven solas, estos problemas son aún más agudos, vislumbrándose mayores riesgos de aislamiento social y económico.

En cuanto a la **movilidad**, el transporte público en Pamplona es valorado como accesible en términos físicos, pero las barreras idiomáticas y culturales, así como la complejidad de las herramientas digitales asociadas, dificultan su uso eficiente en ocasiones. A pesar de ello, no se perciben problemáticas evidentes en este ámbito, aunque se señala que una mayor claridad en la información disponible podría facilitar el acceso. Por otro lado, los sistemas de salud de Navarra son destacados positivamente por su calidad y tiempos de espera, aunque también se manifiestan un empeoramiento en estos últimos.

La **participación social y cultural** entre las personas mayores migrantes es limitada a las personas de su propia comunidad, influido esto por barreras de idioma, información y diferencias culturales. Aunque muchas expresan interés en involucrarse en actividades comunitarias, la falta de conocimiento sobre las opciones disponibles dificulta su integración. Las iniciativas locales para promover la inclusión de personas migrantes, quizás tienen un enfoque más familiar (por ejemplo, en el ámbito escolar), sin tener en cuenta tanto a las personas mayores migrantes. Además, algunas diferencias culturales y, en ocasiones, actitudes discriminatorias dentro de la población autóctona mayor, pueden representar un obstáculo adicional para la plena integración.

La **experiencia migratoria** combinada con el envejecimiento puede incrementar el riesgo de aislamiento social, de un colectivo en muchas ocasiones, vulnerable. Este fenómeno afecta especialmente a quienes no tienen redes familiares en Pamplona o quienes, a pesar de vivir con sus familias, no sienten posibilidades reales de realizar actividades fuera del entorno familiar. En este sentido, la soledad se manifiesta como un desafío latente, aunque no siempre abiertamente abordado.

Además, se ha identificado que lejos de lo que pudiera parecer, en ocasiones hay una falta de relación entre personas de la misma nacionalidad dentro de la comunidad, rompiendo esa idea preconcebida de que compartir origen cultural garantiza automáticamente una red de apoyo.

A pesar de estos retos, las personas mayores migrantes entrevistadas destacan la **percepción de Pamplona como un lugar seguro y acogedor**. Valoran el respeto recibido en la comunidad, así como la capacidad de integración de las personas durante todo el proceso de acogida, y reconocen el potencial de mejora en aspectos de inclusión.

Diagnóstico participado por sectores

Resumen gráfico



5.6 Resumen gráfico

Espacios al aire libre y edificios

ASPECTOS A MEJORAR

- Falta de accesibilidad y adaptación en algunos edificios, aceras y servicios públicos para personas mayores y con movilidad reducida.
- Zonas con aceras y pavimentos en mal estado, con bordillos elevados y obstáculos que dificultan el tránsito.
- Tránsito conflictivo en las aceras por bicicletas, patinetes y vehículos mal estacionados.
- Escasez de bancos, sombra y espacios públicos bien adaptados o cubiertos para descansar.
- Problemas de limpieza y mantenimiento en algunas calles y parques, así como malos olores en contenedores motivado por el nuevo sistema.
- Iluminación insuficiente en calles y señalización inadecuada en pasos de cebra y semáforos.
- Aumento de la sensación de inseguridad, unido a la percepción de baja presencia policial, ruido y conflictos en puntos específicos de la ciudad.

PUNTOS FUERTES

- Amplias zonas verdes y parques bien cuidados, adecuados para el uso comunitario.
- Gran cantidad de plazas y espacios de encuentro que fomentan la interacción social.
- Mejoras visibles en accesibilidad de aceras y pasos de cebra, pese a las demandas existentes.
- Iniciativas acertadas como la instalación de gimnasios al aire libre.
- Buena conexión del transporte público entre barrios y líneas de la villavesa, así como fácil de recorrer andando.

PROPUESTAS DE MEJORA

- Informar a las personas sobre la recogida de traperos de Emaús para evitar el desecho inadecuado de residuos en la calle, como mobiliario del hogar. Además, establecer multas para quienes no gestionen adecuadamente su basura.
- Incrementar la presencia de policías en parques y plazas para prevenir conductas inapropiadas, como el consumo de alcohol en espacios públicos.
- Implementar pasarelas eléctricas en cuestas para facilitar la movilidad de las personas mayores, considerando que servicios como el centro de salud y la red de mayores están ubicados en zonas altas del barrio.
- Mejorar los parques y zonas verdes con un mayor mantenimiento.

- Brindar acompañamiento a las personas mayores para ayudarlas en la rehabilitación de sus viviendas y en la eliminación de barreras arquitectónicas.
- Sustituir escaleras mecánicas por ascensores en zonas públicas para una mejor accesibilidad.
- Instalar señalizaciones claras sobre el uso de los aparatos de gimnasia al aire libre, promoviendo su correcto aprovechamiento.
- Mejorar la accesibilidad arquitectónica del centro San Juan Bosco o trasladar el centro de mayores a un lugar más adaptado a sus necesidades.
- Separar físicamente los carriles para peatones, bicicletas y patinetes, además de mejorar el tipo de acera para garantizar la seguridad y comodidad de los usuarios.

Transporte

ASPECTOS A MEJORAR

- Frecuencias insuficientes de las villavesas, especialmente en horas punta, fines de semana y líneas nocturnas.
- Accesibilidad deficiente en las villavesas para sillas de ruedas, silleteros y personas mayores (rampas, espacio, diseño).
- Pocas líneas que conecten adecuadamente algunos barrios internamente, con servicios clave como el centro de salud.
- Escasez y coste elevado de taxis, muchos de los cuales no están adaptados.
- Problemas de infraestructura en paradas de autobuses: marquesinas sin techo, plataformas deterioradas y falta de equipamiento.
- Brusquedad y falta de empatía de algunos/as conductores/as hacia las personas mayores.
- Falta de respeto por los asientos reservados en el transporte público.

PUNTOS FUERTES

- Buena distribución, en general, de las paradas de villavesas en los barrios y su conexión con el resto de la ciudad.
- Precio justo de los billetes y refuerzos en fechas clave.
- Mejora en la infraestructura de los autobuses y una flota moderna.
- Aumento de los autobuses nocturnos, facilitando la movilidad en horarios especiales.

PROPUESTAS DE MEJORA

- Habilitar más espacios para sillas de ruedas en las villavesas.
- Aumentar la frecuencia de villavesas durante las horas punta para mejorar el servicio.

- Garantizar la disponibilidad de transporte adaptado e individual para las personas mayores y con movilidad reducida, promoviendo su acceso y circulación por el barrio.
- Mejorar las rampas de acceso en las villavesas y ajustar los horarios para una mayor comodidad de los usuarios.
- Verificar que se implementan soluciones efectivas en los “puntos negros” identificados en los barrios, priorizando la seguridad y accesibilidad.
- Implementar microbuses de cercanía en puntos clave de los barrios, con horarios fijos y uso exclusivo para personas mayores y sus cuidadores/as.

Vivienda

ASPECTOS A MEJORAR

- Necesidad de regular los precios del alquiler y mejorar el acceso a ayudas para rehabilitación.
- Dificultad para eliminar barreras arquitectónicas en viviendas debido a desacuerdos entre vecinos o falta de recursos.
- Escasez de centros de día públicos y residencias, así como apartamentos y viviendas tuteladas, con escasez de plazas lo que supone largas listas de espera.
- Servicios de atención domiciliaria (SAD) con apoyo limitado debido al alto volumen de trabajo.
- Numerosos edificios sin ascensores y presencia de barreras arquitectónicas en calles y viviendas, dificultando la movilidad de personas mayores, aislándolas en sus hogares.
- Problemáticas derivadas de la presencia de pisos turísticos o de estudiantes, por el ruido o el ocio.

PUNTOS FUERTES

- Mejoras en las fachadas y accesibilidad de viviendas, especialmente en zonas céntricas.
- Subvenciones que han facilitado la modernización de viviendas.
- Nuevos centros tutelados y aumento de servicios privados para mayores.
- Instalación de ascensores en edificios y automatización de puertas en portales.
- Red de apoyo para mayores que fomenta la interacción social y la convivencia entre vecinos.
- Mejora estética general de algunos barrios más antiguos.

PROPUESTAS DE MEJORA

- Revisar las condiciones de las viviendas para verificar si están adecuadamente acondicionadas y, además, identificar casos de soledad no deseada entre los residentes.
- Incrementar el número de plazas en residencias públicas, pisos tutelados o proyectos de co-housing para personas mayores.

- Ampliar la oferta de pisos municipales para atender la demanda habitacional.
- Aumentar las plazas en residencias públicas y reducir el coste en residencias privadas, mejorando su calidad. Esto incluye abordar problemas como la alta rotación de personal y la insuficiencia de servicios médicos, que afectan la relación calidad-precio.
- Incrementar las actividades ofrecidas en los pisos municipales, particularmente aquellos con servicios intermedios, para promover el bienestar de sus residentes.

Respeto e inclusión social

ASPECTOS A MEJORAR

- Ciertas faltas de respeto e inclusión hacia las personas mayores, especialmente por parte de los jóvenes, con presencia notable de edadismo y trato infantilizado.
- La sociedad no pone en valor a las personas mayores, viéndolas principalmente como receptoras de servicios y no reconociendo su aporte de valor en la sociedad.
- Algunas personas mayores sufren de soledad por el abandono familiar, lo que afecta su bienestar emocional.
- Aumento de la percepción de inseguridad, incluyendo robos y fraudes, y sensación de falta de presencia policial en los barrios.
- Dificultad para detectar maltrato, abuso económico y otras formas de violencia hacia las personas mayores.
- Escasa participación de las personas mayores en la comunidad debido a la falta de encuentros específicos y redes de cuidado.
- Necesidad de seguir trabajando en red con colegios, asociaciones y centros de salud para sensibilizar sobre la realidad de las personas mayores y combatir el edadismo.

PUNTOS FUERTES

- Valoración y participación activa de las personas mayores en asociaciones.
- Riqueza asociativa y reivindicativa que mejora las condiciones y la participación de los mayores.
- Presencia de barrios amables con las personas mayores, favoreciendo un envejecimiento activo.
- Visibilidad del policía comunitario, contribuyendo a la seguridad.
- Aumento de actividades y recursos por parte de la red de mayores, con buena organización.
- Presencia de algunas iniciativas intergeneracionales que incluyen la implicación de colegios e institutos en actividades para mayores.

PROPUESTAS DE MEJORA

- Promover talleres de concienciación ciudadana para fomentar el cuidado del barrio y de los recursos disponibles en él.
- Implementar una campaña de sensibilización para garantizar el respeto hacia los asientos reservados para personas mayores en el transporte público.
- Desarrollar programas de convivencia intergeneracional en las escuelas, fomentando la interacción y el aprendizaje mutuo entre generaciones.
- Llevar a cabo campañas de sensibilización que promuevan el compromiso de los vecinos en brindar apoyo a las personas mayores.
- Organizar charlas impartidas por la policía municipal en clubes de jubilados o centros de salud, abordando temas de seguridad y prevención de estafas.
- Impulsar la educación cívica y vial en colegios, tanto públicos como privados, para mejorar la convivencia y el respeto en el espacio público.

Participación social

ASPECTOS A MEJORAR

- Falta de recursos adaptados para personas mayores, tanto en infraestructuras como en servicios sociales y de salud.
- Poca coordinación entre los diferentes servicios como centros de salud, civivoX, y la red de mayores.
- Limitaciones en la participación debido a barreras arquitectónicas, falta de información y dificultades de acceso a los espacios.
- Poca inversión pública en movimientos asociativos y falta de apoyo al voluntariado para acompañar a personas mayores a actividades.
- Insuficiente oferta de actividades para personas con necesidades específicas, como movilidad reducida o deterioro cognitivo.
- Falta de actividades intergeneracionales y baja participación de los hombres en las actividades organizadas.
- Escasez de espacios comunes y locales públicos para reuniones de personas mayores y con discapacidad en algunos barrios.

PUNTOS FUERTES

- Aumento de actividades culturales gratuitas, con una gran diversidad de opciones disponibles.
- Amplia presencia de servicios privados para favorecer la socialización entre personas mayores y el envejecimiento activo.
- Red de mayores que funciona eficazmente y atiende las necesidades no cubiertas por la administración.
- Buen nivel de participación social de las personas mayores en actividades de deporte, cultura, salud, etc.
- Participación activa de las personas mayores y jubiladas en proyectos comunitarios.
- Nuevas instalaciones adaptadas a las personas mayores en los centros comunitarios.

PROPUESTAS DE MEJORA

- Crear un plan para la detección de personas mayores que viven en soledad no deseada. Esto implicaría trabajar con lugares estratégicos frecuentados por ellas, como farmacias, centros de salud y centros comunitarios de los barrios.
- Establecer un comedor comunitario con el objetivo de generar convivencia y reducir la soledad en las personas mayores.
- Organizar reuniones directas entre el concejal de barrio y todas las organizaciones que conforman la red de mayores de cada barrio, previamente planificadas, con temas seleccionados durante los encuentros mensuales de la red de mayores.
- Fortalecer la relación entre los centros escolares y la red de mayores mediante colaboraciones, charlas y actividades conjuntas.
- Impulsar acciones en la red de mayores que contribuyan a mejorar la imagen del barrio, fomentando el sentido de pertenencia y orgullo comunitario.
- Proveer espacios adecuados para la red de mayores que permitan ofrecer atención telefónica y presencial, además de servir como punto de encuentro para las organizaciones.
- Promover actividades intergeneracionales que involucren a diversos colectivos del barrio, fomentando la integración y el aprendizaje mutuo.

Servicios sociales y de salud

ASPECTOS A MEJORAR

- Listas de espera y falta de personal en atención sanitaria, con demoras significativas para citas médicas y especialistas.
- Descoordinación y falta de integración entre los servicios de salud y sociales, lo que dificulta la atención integral a las personas mayores.
- Burocracia excesiva y digitalización que complica el acceso a programas sociales y médicos, además de generar dificultades en la gestión de ayudas.
- Alta rotación de profesionales que dificulta el seguimiento correcto de pacientes.
- Carencias en la atención a la dependencia, con servicios públicos insuficientes y una tendencia hacia la privatización.
- Soledad no detectada y falta de seguimiento adecuado de las personas mayores, con altos niveles de soledad y falta de apoyo de servicios sociales.
- Falta de información y comunicación sobre ayudas disponibles, derechos de dependencia y el funcionamiento de los servicios, lo que dificulta el acceso a los recursos.
- Deficiencias en la atención a mayores con demencia debido a la rotación de personal en el SAD y la falta de formación especializada.
- Falta de infraestructura y recursos en los centros de salud, como la ausencia de espacios para talleres grupales y servicios adaptados a las necesidades de las personas mayores.

PUNTOS FUERTES

- Buen servicio de atención domiciliaria y unidad ambulatoria domiciliaria, con una atención personalizada que ha mejorado con la cercanía del centro de salud al barrio.
- Atención de calidad por parte de los profesionales de la salud, que se destacan por su empatía y cercanía en el trato.
- Ayudas económicas disponibles para personas dependientes y vulnerables, lo que apoya la independencia y bienestar de las personas mayores.
- Buena coordinación entre servicios públicos, como los centros de salud, servicios sociales y otras entidades locales.
- Proyectos innovadores en salud, como la implementación de la “receta deportiva social”, que promueve hábitos saludables entre la población.
- Servicios sociales cercanos al barrio, lo que facilita la atención directa y el acompañamiento a los vecinos.

PROPUESTAS DE MEJORA

- Crear la figura de recepcionista en la primera sección del centro, encargada de organizar los recursos del lugar y brindar apoyo para el uso del proyector y otras herramientas disponibles.
- Garantizar que el centro de salud cuente con la atención de un geriatra, especializado en las necesidades de las personas mayores.
- Revisar y actualizar los protocolos de seguridad del centro para garantizar el bienestar de los usuarios.
- Ofrecer información grupal desde los servicios sociales de base, además de la atención individual, para llegar a más personas y mejorar la comunicación comunitaria.
- Brindar formación sobre el acceso y uso de la carpeta de salud, facilitando a las personas mayores la gestión de su información médica.
- Incrementar el servicio de fisioterapia en el centro, ya que muchas personas mayores carecen de recursos económicos para acceder a este servicio por cuenta propia

Empleo y voluntariado

ASPECTOS A MEJORAR

- Es necesario sensibilizar más sobre los valores del voluntariado y aumentar su visibilidad.
- El voluntariado actual carece de formación y estructura adecuada, lo que limita su efectividad.
- Se requiere mayor oferta de voluntariado adaptado a las personas mayores.
- La carga de responsabilidades familiares reduce la capacidad de las personas mayores para participar en actividades.
- La escasez de relevos en el voluntariado genera dificultades para mantener la continuidad de las actividades.
- Desconocimiento de las redes de voluntariado y oportunidades para ser voluntario/a.
- Falta de apoyo y compromiso por parte de algunas asociaciones y el ayuntamiento hacia las personas voluntarias.

PUNTOS FUERTES

- Aumento del voluntariado en algunos barrios, aunque aún puede mejorar.
- Valoración positiva del voluntariado, destacando su importancia y contribución, así como la implicación.
- Existencia de un voluntariado informal activo entre los vecinos.
- Amplia oferta de asociaciones que fomentan la participación de los mayores en actividades de voluntariado.
- Diversa y sólida red de voluntariado, incluyendo Sercade, Cruz Roja y el servicio municipal de voluntariado.

PROPUESTAS DE MEJORA

- Colaborar con asociaciones como la Caja de Navarra para garantizar que los voluntarios estén amparados mediante seguros, retomando prácticas que se realizaban anteriormente.
- Crear un banco de tiempo similar al de Mendillorri, basado en un voluntariado intergeneracional. En este modelo, las personas mayores acumulan horas de servicio que después retribuyen a los voluntarios mediante la enseñanza de conocimientos o habilidades, fomentando su empoderamiento.
- Aprovechar las habilidades y conocimientos de los voluntarios para organizar un voluntariado temático, como el desarrollado por el CECOD, adaptado a las necesidades del barrio.
- Establecer la importancia de contar con un voluntariado reglado para ayudar en trámites personales, con el objetivo de prevenir situaciones de abuso o mala praxis.
- Mejorar el servicio municipal de voluntariado mediante la continuidad y el compromiso en el voluntariado, acompañado de formación adecuada para los participantes. También se propone delimitar claramente la figura del voluntario en relación con la de un profesional, y explorar otros apoyos adicionales para fortalecer el programa.

Comunicación e información

ASPECTOS A MEJORAR

- Información no accesible para personas mayores con dificultades de comprensión y visión.
- Falta de comunicación de las actividades del barrio, especialmente en redes sociales.
- Falta de un espacio físico al que las personas mayores puedan acudir para informarse de manera sencilla.
- Poca accesibilidad a la información y dificultades para acceder a recursos y actividades.
- Problemas con la brecha digital, dificultando el acceso a trámites y la información.
- Poca oferta de formación en TICs adaptada a las personas mayores.

PUNTOS FUERTES

- Uso de diferentes medios de comunicación para difundir información.
- Talleres formativos sobre el uso y prevención con tecnologías.
- Pantallas visibles en puntos estratégicos para difundir información.
- Disposición de la comunidad para ayudar en el manejo de la tecnología.
- Figura de dinamizadora de red eficaz y comprometida en algunos barrios, así como el resto de profesionales.

PROPUESTAS DE MEJORA

- Crear una figura u oficina única como punto de referencia para la comunicación de servicios y recursos de la red de mayores.
- Habilitar un teléfono móvil gestionado por el ayuntamiento que permita consultas mediante llamadas y mensajes de WhatsApp.
- Organizar talleres sobre el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para personas mayores.
- Capacitar a los cuidadores con información relevante para las personas a su cargo, de manera que se conviertan en un canal efectivo de transmisión de información.
- Difundir información publicitaria a través de diversos canales y de manera reiterada, evitando que la comunicación se limite únicamente a medios digitales.
- Ofrecer charlas anuales para informar sobre los cambios legales que afectan a personas mayores, dependientes y con discapacidad.
- Crear un espacio para ofrecer auxilio tecnológico en la realización de trámites digitales, orientado especialmente a personas mayores, en un ambiente amigable.
- Implantar paneles digitales en puntos estratégicos del barrio para divulgar ofertas culturales y actividades de interés, adaptado a las personas mayores de 65 años.
- Garantizar respuestas claras y justificadas por parte del ayuntamiento ante quejas, reclamos o sugerencias, indicando si es posible implementar soluciones o explicando las razones por las que no se puede (por ejemplo, falta de presupuesto)



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala